

Добробут



ЩО ТАКЕ ДОБРОБУТ

Слово *«добробут»* утворилося з двох слів: «добро» і «бути». Тому, коли людина почувається щасливою і задоволеною своїм життям, кажуть що вона має високий рівень добробуту.



Потреби й бажання



Мал. 5. «Піраміда потреб Маслоу»



Життєві навички для добробуту

- Уміння шанувати себе та інших людей.
- Уміння критично й творчо мислити.
- Уміння аналізувати проблеми й ухвалювати зважені рішення.
- Уміння розуміти і правильно висловлювати свої почуття.
- Здатність зважати на почуття і потреби інших людей.
- Уміння слухати і говорити.
- Уміння надавати підтримку тим, хто її потребує.
- Уміння мирно розв'язувати конфлікти.

Мал. 6. Життєві навички, сприятливі для здоров'я і добробуту



Підприємець

Якщо у вас часто виникають цікаві ідеї, ви знаєте, як втілити їх у життя, то в майбутньому ви можете стати підприємцями. У багатьох університетах можна здобути відповідну освіту, а потім сформувати команду однодумців і відкрити власну справу.



Стати успішним

НА ШЛЯХУ ДО СВОЄЇ МЕТИ

1. Ставте перед собою досяжні цілі. Наприклад, не варто прагнути стати відмінником за один місяць, якщо в попередні роки ваші успіхи в навчанні були посередніми.
2. Налаштуйтеся на успіх. Повірте, що вам це під силу. Уявіть, як буде добре, коли ви досягнете мети.
3. Ціль (мета) може бути короткостроковою або довгостроковою. Короткострокової цілі досягають за декілька тижнів чи місяців. Шлях до довгострокової мети набагато триваліший. Добре мати одну-дві довгострокові цілі та декілька короткострокових, які наближають вас до здійснення ваших мрій.
4. Щодня оцінюйте свої результати.
5. Вітайте себе за будь-який успіх. Розкажіть про нього батькам і друзям.
6. Не бійтеся помилок і невдач. Якщо у вас щось не виходить, сприймайте це як можливість змінити свої плани і спробувати іще раз.

Домашнє завдання

1. Опрацювати §3
2. Поставити перед собою ціль та зробити її аналіз. Оформити у зошит(скласти схему як на малюнку поруч.
3. Виконати завдання на ст.29 у підручнику

АНАЛІЗУЄМО ЦІЛІ

Ціль

Бажана дата досягнення

Фактична дата досягнення

Кроки

Що мені може завадити

Як я вирішу ці проблеми

Чому моя ціль важлива?