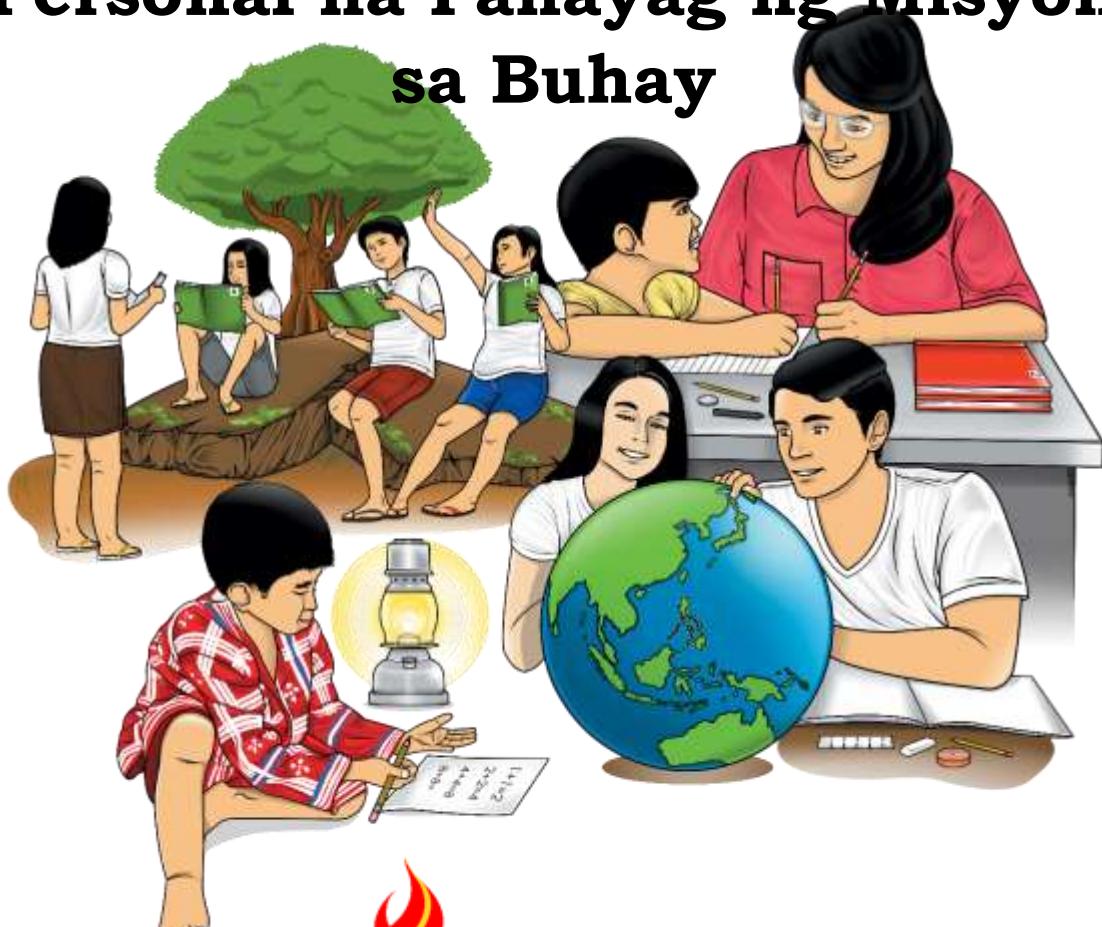


Edukasyon sa Pagpapakatao

Ikaapat na Markahan – Modyul 6

Mga Hakbang sa Pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay



Edukasyon sa Pagpapakatao– Ikasiyam na Baitang

Alternative Delivery Mode

Ikaapat na Markahan – Modyul 6: Mga Hakbang sa Pagbuo ng Personal na Pahayag

ng Misyon sa Buhay

Unang Edisyon, 2020

Isinasaad sa Batas Republika 8293, Seksyon 176 na: Hindi maaaring magkaroon ng karapatang-sipi sa anomang akda ang Pamahalaan ng Pilipinas. Gayonpaman, kailangan muna ang pahintulot ng ahensiya o tanggapan ng pamahalaan na naghanda ng akda kung ito ay pagkakakitaan. Kabilang sa mga maaaring gawin ng nasabing ahensiya o tanggapan ay ang pagtakda ng kaukulang bayad.

Ang mga akda (kuwento, seleksyon, tula, awit, larawan, ngalan ng produkto o brand name, tatak o trademark, palabas sa telebisyon, pelikula, atbp.) na ginamit sa modyulna ito ay nagtagtaglay ng karapatang-ari ng mga iyon. Pinagsumikapang matunton ang mga ito upang makuhang pahintulot sa paggamit ng materyales. Hindi inaanakin ng mga tagapaglathala at mga may-akda ang karapatang-aring iyon. Ang anomang gamit maliban sa modyul na ito ay kinakailangan ng pahintulot mula sa mga oriinal na may-akda ng mga ito.

Walang anomang parte ng materyales na ito ang maaaring kopyahin o ilimbag sa anomang paraan nang walang pahintulot sa Kagawaran.

Inilathala ng Kagawaran ng Edukasyon

Kalihim: Leonor Magtolis Briones

Pangalawang Kalihim: Diosdado M. San Antonio

Bumuo sa Pagsusulat ng Modyul

Manunulat: Lolita M. Dahilog

Editor: Vicente Jose V. Suarez, II, EMD, Jacqueline A. Mirasol

Tagasuri: Jephone P. Yorong

Tagaguhit: Edgardo P. Jamilar, Jr.

Tagalapat: Peter A. Alavanza, Reggy C. Asupre

Tagapamahala: Dr. Isabelita M. Borres

Eugenio B. Penales

Sonia D. Gonzales

Felix Romy A. Triambulo

Ella Grace M. Tagupa

Jephone P. Yorong

Inilimbag sa Pilipinas ng _____

Department of Education – Region IX

Office Address: Regional Center, Balintawak, Pagadian City

E-mail Address: region9@deped.gov.ph

Edukasyon sa Pagpapakatao

Ikaapat na Markahan – Modyul 6

**Mga Hakbang sa Pagbuo ng
Personal na Pahayag ng Misyon
sa Buhay**

Paunang Salita

Ang Self-Learning Module o SLM na ito ay maingat na inihanda para sa ating mag-aaral sa kanilang pag-aaral sa tahanan. Binubuo ito ng iba't ibang bahagi na gagabay sa kanila upang maunawaan ang bawat aralin at malinang ang mga kasanayang itinakda ng kurikulum.

Ang modyul na ito ay may inilaang Gabay sa Guro/Tagapagdaloy na naglalaman ng mga paalala, pantulong o estratehiyang magagamit ng mga magulang o kung sinumang gagabay at tutulong sa pag-aaral ng mga mag-aaral sa kani-kanilang tahanan.

Ito ay may kalakip na paunang pagsusulit upang masukat ang nalalaman ng mag-aaral na may kinalaman sa inihandang aralin. Ito ang magsasabi kung kailangan niya ng ibayong tulong mula sa tagapagdaloy o sa guro. Mayroon ding pagsusulit sa bawat pagtatapos ng aralin upang masukat naman ang natutuhan. May susi ng pagwawasto upang makita kung tama o mali ang mga sagot sa bawat gawain at pagsusulit. Inaasahan namin na magiging matapat ang bawat isa sa paggamit nito.

Pinapaalalahanan din ang mga mag-aaral na ingatan ang SLM na ito upang magamit pa ng ibang mangangailangan. Huwag susulatan o mamarkahan ang anumang bahagi ng modyul. Gumamit lamang ng hiwalay na papel sa pagsagot sa mga pagsasanay.

Hinbihikayat ang mga mag-aaral na makipag-ugnayan agad sa kanilang guro kung sila ay makararanas ng suliranin sa pag-unawa sa mga aralin at paggamit ng SLM na ito.

Sa pamamagitan ng modyul na ito at sa tulong ng ating mga tagapagdaloy, umaasa kami na matututo ang ating mag-aaral kahit wala sila sa paaralan.

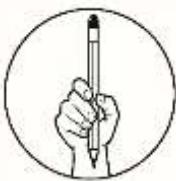


Alamin

Nabatid mo sa nakaraang modyul ang patungkol sa kung ano ang kahulugan ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay at ang kahalagahan ng patatakda nito upang magkaroon ng direksyon ang buhay ng isang tao. Sa pagkakataong ito ay matutuklasan mo kung papaano mainam na matutukoy ang mga hakbang sa paggawa ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay. Nakasaad rin sa modyul na ito ang ilan sa mga dapat tandaan at iwasan sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay.

Sa modyul na ito, inaasahang maipamamalas mo ang sumusunod na kaalaman, kakayaahan, at pag-unawa:

14.2 Natutukoy ang mga hakbang sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay.(EsP9PK-IVc-14.2)



Subukin

Panuto: Basahin at unawaing mabuti ang bawat aytem. Isulat ang mga sagot sa iyong kuwaderno.

1. Ang mga sumusunod ay mga hadlang sa pagpapasya ng mga mithiin sa buhay **maliban** sa isa.
 - a. Pagiging totoo sa sarili
 - b. Masyadong abala at kulang sa pokus
 - c. Panggagaya sa nakikita o naririnig sa iba
 - d. Takot mabigo
2. Ang mga sumusunod ay kabilang sa mga paraan kung paano maiiwasan ang mga hadlang sa pagbuo ng Personal na Misyon sa Buhay, maliban sa isa: _____.
 - a. Huwag madaliin at mag-umpisa sa pinakamababa
 - b. Palaging isipin bakit mo gagawin ang mabuting pagpapasya
 - c. Pag-aaralang mabuti ang mga kakaharaping balakid sa iyong pagpapasya
 - d. Palagiang unahin ang sarili bago ang kapakanan ng nakararami

3. Alin sa mga sumusunod na sitwasyon ang **hindi** nagpapakita ng misyon sa buhay na nakabatay sa SMART?

- a. Pagpasok at pag-uwi ng tama sa oras.
- b. Pagsasagawa ng bagay para sa sariling adhikain.
- c. Pagsusumite ng mga hinihingi na dapat ipasa sa paaralan.
- d. Pagtuturo ng maayos dahil ito ang aking misyon.

Ang lighthouse ay tore o gusali na kumukuha ng ilaw mula sa mga lampara o lensis at ginagamit bilang gabay ng mga naglalayag na barko laban sa mga panganib o pagkalubog sa dagat. Maituturing na ang Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay ay katulad ng isang lighthouse.

4. Batay sa pahayag na nabasa sa itaas ano ang aral na maaaring makuha sa isang *lighthouse* kaugnay sa pagtatakda ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay?

- a. Ang kawalan ng direksyon sa buhay ay nagsimula sa sarili lamang.
- b. Ang lighthouse ay isang lampara o lenses lamang na makikita sa dagat.
- c. Ang pagpapasya sa buhay ay nangangailangan ng gabay upang maiiwasan ang pagkaligaw tungo sa iyong mga mithiin sa buhay.
- d. Ang paglayo sa kapahamakan ay nangangailangan ng paghingi ng tulong sa magulang

5. Ang pagkilala sa sarili ay bahagi ng mga hakbang na kailangang daanan upang maka-buo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay. Alin sa mga sumusunod ang makakatulong sa pagkilala sa sarili?

- a. Inililista lamang ang mga sariling katangian o ugali na mabuti o maganda
- b. Ang pakikinig sa mga husga ng taong hindi kilala.
- c. Inililista ang mga kalakasan at kahinaan sa iba't-ibang mga larangan batay sa tunay na obserbasyon sa sarili
- d. Pagkukunwari at pagkukubli sa tunay na pag-uugali

6. Ayon kay Jeffrey, nais niyang matapos ang kanyang takdang aralin sa loob ng isang oras. Alin sa mga sumusunod na krayteriya ng SMART ang tumutukoy sa layuning itinakda ni Jeffrey?

- a. Time Bound
- b. Attainable
- c. Measurable
- d. Specific

7. Si Anna ay nagtatanong sa kanyang pamilya at mga kaibigan na makaaktulog sa kanyang pagtatakda ng sariling layunin sa buhay. Ano ang tumutukoy sa hakbang na ito sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay?
- Suriin ang iyong sarili
 - Tukuyin ang mga pinahahalagahan
 - Tipunin ang mga impormasyon
 - Sumangguni sa iba
8. Sa pagtatakda ng mga mithiin sa buhay, mahalaga na mayroong gabay, at ang krayteriyang SMART ang madalas na ginagamit bilang batayan sa pagsasagawa ng mga layuning ito. Ang mga sumusunod na sitwasyon na tumutukoy sa krayteriya ay kabilang sa SMART maliban sa isa:_____.
- Si Rhea ay mag-aaral sa baitang 9. Kinuha ng nanay niya ang lahat ng modyuls sa kanilang paaralan. Dapat masagutan ang mga ito upang maibalik sa araw ng Biernes. Ngunit si Rhea ay palaging naglaro ng ML at pinabayaan na lamang ang kanyang modyul.
 - Si Mang Julio ay isang magsasaka. Malapit na ang anihan ng palay. Plano niyang umpisahan ang anihan sa darating na Lunes at kailangang tapusin ito sa loob lamang ng dalawang araw para mabilad ang mga produkto at maibinta sa kanilang suki sa lungsod.
 - Si Teacher Michelle ay guro sa elementarya. Gumagawa siya ng modyul para sa ikatlong markahan. Plano niyang gawing madali ang modyul para sa kanyang mga mag-aaral upang mataas ang iskor pati din ang kanilang marka.
 - Si Renato ay mahusay sa Mathematics nang siya ay nasa hayskul pa lamang. Noong siya ay nasa kolehiyo na ay kumuha siya ng kursong pagging enhinyero.
9. Saan dapat makabubuti ang isasagawang pagpapasiya?
- Kapakanan ng pamayanan/ komunidad
 - Pansariling kapakanan
 - Ispirituwal na aspeto
 - Sarili, kapwa at lipunan
10. Alin ang **di kabilang** sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay?
- Suriin ang iyong sarili
 - Sukatin ang mga kakayahang
 - Tipunin ang mga impormasyon
 - Tukuyin ang mga pinahahalagahan

Mga Hakbang sa Pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay

Ang pagsulat ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay (PPMB) ay hindi madalian o nabubuo lamang sa isang oras. Ito ay kailangan mong pagnilayan, paglaanan ng sapat na panahon. Kailangan mong ialay ang iyong buong sarili sa ginagawa nito. Sa oras na ito ay mabuo mo, ito ang magiging saligan ng iyong buhay. Magkakaroon ka ng pagbabago sapagkat ang lahat ng iyong gagawin o iisipin ay nakabatay na dito.

Sa pagbuo ng PPMB, dapat ito ay nakatuon sa kung ano ang nais mong mangyari sa mga taglay mong katangian at kung paano makakamit ang tagumpay gamit ng mga ito. Ayon kay Stephen Covey, upang makabuo ng mabuting PPMB, magsimulang tukuyin ang sentro ng kanyang buhay-halimbawa, Diyos, pamilya, kaibigan, at pamayanan. Ito ay dahil ang sentro ng buhay mo ang magbibigay sa iyo ng seguridad, paggabay, karunungan, at kapangyarihan.



Balikan

Sagutin ang mga tanong:

1. Batay sa iyong sariling pagkakaunawa sa nakaraang aralin, ano ang Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay? Maaari ka bang magbigay ng halimbawa?

2. Magbigay ng tatlong (3) pansariling pagtataya (*self-evaluation of Talents, Skills, Character and etc.*) na dapat mong isaalang-alang sa paggawa mo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay. Ipaliwanag ang kahalagahan ng bawat isa sa pagkamit ng mga layunin sa buhay.

3. Bakit kailangan ang pagkakaroon ng tamang pagpapasiya kaugnay sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay? Pangatwiran.

4. Ano ang benepisyo na maidudulot ng pagkakaroon ng Personal na Misyon sa Buhay sa propesyon at bokasyon ng isang tao? Ipaliwanag.

5. Sa paanong paraan nagiging mahalaga ang Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay? Suportahan ang pahayag sa pagbibigay ng ilang halimbawa.



Mga Tala para sa Guro

Magandang araw sa iyo. Kumusta ka? Muli na naman tayong magkakasama. Inaasahan kong natulungan ka ng mga naunang modyul na ginawa ko para sa iyo. Muli, naghanda na naman ako ng modyul na tutulong sa iyo upang tuklasin ang iyong personal na pahayag ng misyon sa buhay.



Tuklasin

Tukuyin ang mga tao at bagay na iyong pinahahalagahan at iyong pangarap na nais makamit sa buhay. Gawin ito sa kuwaderno.

Tao	Bagay	Pangarap

Gawain 1:

Panuto: Mahalagang malaman ang mga hakbang sa pagbuo ng iyong Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay. Ayusin ang mga pinaghalong mga pangungusap/ mga salita batay sa angkop na pagkakasunod-sunod nito. Isulat ito sa kahon.

MGA HAKBANG SA PAGBUO NG LAYUNIN SA BUHAY
1.
2.
3.
4.

Kinikilala ko ang aking sarili sa pamamagitan ng paglilista ng aking mga ugali, katangian, hilig, talento at mga kakayahan sa isang kwaderno.

Sinisimulan ko ng buuin ang aking mga layunin o mithiin sa buhay batay sa ilang mahahalagang mga salik. Sinisigurado ko na ito ay tiyak, nasusukat, naaabot, angkop at swak sa panahon.

Aking tinutukoy ang mga bagay o taong aking binibigyang pagpapahalaga sa buhay. Ito ay ang mga tao o bagay na aking pinagtutuunan ng malaking pansiñ sa aking buhay.

Tinanong ko si Mama at Papa ukol sa aking mga kalakasan at kahinaan bilang isang tao. Nabanggit ko rin sa aking matalik na kaibigan kung ano sa tingin niya ang aking mga talento at kakayahan.

Gawain 2:

Panuto: Tukuyin kung ang sumusunod na mga pahayag ay batay sa krayteryang SMART sa paggawa ng layunin o mithiin sa buhay. Lagyan ng tsek (/) kung ito ay ayon sa SMART at ekis (X) naman kung ito'y taliwas.

Halimbawa:

/ ***Mag-eehersiyo ng tatlong beses sa isang linggo upang lumakas ang resistensiya.***

- _____ 1. Mag-aryl ng leksyon kung kailan ko gusto.
- _____ 2. Matalino si Renato sa Math kaya gusto niyang maging enhinyero pagdating ng _____ ng araw.
- _____ 3. Si Rhea ay namamahagi ng pagkain sa kanilang kapitbahay.
- _____ 4. Naglalaro ng ML si Dino kaya hindi niya nasasagutan ang mga modyuls na _____ kailangan ng ibalik sa kanyang teacher.
- _____ 5. Ang paghuhugas ng pinggan ay nakaatang kay Liza dahil iyon lamang ang _____ kaya pa niyang gawin sa bahay.



Suriin

Ang isang barkong naglalayag sa dagat sa gabi o sa panahon ng bagyo ay maaaring mahirapan sa pagtahak ng tamang direksyon tungo sa kanyang destinasyon, kung kaya't sa karagatan ay mayroong mga itinayong *light house*. Subalit, ano nga ba ang gampanin ng isang *lighthouse*? Ang *lighthouse* ay isang tore o gusali na pinanggagalingan ng ilaw na siyang ginagamit ng mga sasakyang pandagat bilang gabay upang maiwasan ang anumang panganib gaya ng paglubog ng kanilang sinasakyayan sa dagat. Katulad ng isang *lighthouse* na gumagabay sa mga sasakyang pandagat sa panahon ng kadiliman o bagyo, ang Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay ng isang tao ang siya namang gumagabay sa tao sa kanyang pamumuhan dahil ito ang nagsisilbing batayan niya sa kanyang mga desisyon at aksyon sa buhay. Sa puntong ito ay susuriin naman natin ang iba't-ibang mga hakbang sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay at ilang mga dapat tandaan sa pagbuo nito.

MGA HAKBANG SA PAGBUO NG PERSONAL NA PAHAYAG NG MISYON SA BUHAY

Ang MISYON ay hangarin ng isang tao sa buhay na magdadala sa kaniya tungo sa kaganapan. Narito ang mga hakbang sa pagbuo ng Personal na Pahayag sa Misyon sa Buhay:

1. **Suriin ang iyong sarili.** Simulan mo ang paggawa ng iyong personal na misyon sa pamamagitan ng pagtala ng mga bagay ukol sa iyong sarili, katulad ng iyong ugali, katangian, hilig, talento at kakayahahan.
Halimbawa: Nilista ni Rose sa kanyang kwaderno ang kanyang pagtataya sa kanyang sarili. Inilista niya ang kanyang mga maganda at hindi magandang ugali o katangian. Tinukoy niya rin ang kanyang mga hilig, talento at mga kakayahahan.
2. **Tukuyin ang iyong mga pinapahalagahan.** Simulan ito sa pag-alam kung ano ang gusto mong maging sa hinaharap. Kailangang maging maliwanag kung saan nakabatay ang iyong pinapahalagahan. Kung saan (tao o bagay) nakatuon ang iyong lakas, oras at panahon.
Halimbawa: Gusto ni Ryan maging isang maunlad na tao sa hinaharap na may ambisyong makatulong sa kanyang kapwa. Sa kasalukuyan ay abala si Jeffrey sa pagsama sa mga organisasyon sa kanilang paaralan na nagsasagawa ng mga *charity events* katulad ng mga *feeding programs* at iba pang gawaing ukol sa pagtulong sa iba.
3. **Sumangguni sa iba.** Mahalagang maitanong sa ibang tao katulad ng iyong pamilya at mga kaibigan patungkol sa kanilang nakikitang patungkol sa'yo. Dito mo malalaman kung ang iyong sariling pagtataya at maging mga layunin sa buhay ay nasasalamin rin sa ibang tao.
Halimbawa: Tinanong ni Camille ang kanyang mga magulang at kaibigan ukol sa nakikita nilang mga kalakasan, kahinaan at mga talento at mga kakayahahan sa kanya.
4. **Tipunin ang mga impormasyon.** Sa impormasyon na iyong makukuha, simulant ng bumuo ng listahan ng mga sariling layunin o muthiin sa

buhay na siyang nakapaloob sa Personal na Misyon sa Buhay. Laging isaisip na ang layunin ng paggawa ng personal na misyon sa buhay ay mayroong malaking magagawa sa kabuuan ng iyong pagkatao.

Halimbawa: Sinimulan nang isulat ni Gerald ang kanyang mga tiyak na mga layunin at mithiin sa buhay.

MGA HADLANG SA PAGGANAP NG PERSONAL NA MISYON SA BUHAY

Napakahalaga na malaman mo kung ano ang mga hadlang sa pagganap ng mga mithiin sa buhay. Narito ang limang hadlang:

1. **Maraming pinakakaabalahan.** Hindi tayo magtataka na iyong may alam at pokus kung anong mithi nila sa buhay ay may mararating. Kapag palaging abala at maraming ginagawa na siyang dahilan ng madaliang pagpapasya ay hindi magiging matagumpay sa buhay.
"Ruthlessly eliminate hurry from your life." Ito ang payo ni John Ortberg.
2. **Panggagaya.** Nakapagtataka na may mga taong gumagaya kung anong nakita nila sa iba. Naiimpluwensiyan sa kung anong nakaugalian o gusto ng pamilya, ginagaya kung ano ang naririnig nila sa iba. Gumagawa ng pool kasi ang kapitbahay nila ay mayroong pool. Dapat sa pagpapasya ay suriin mo muna ang iyong sarili, tukuyin mo kung ano ba ang mithiin mo sa buhay at manalangin sa Diyos upang ikaw ay gabayan sa iyong mga pasya.
3. **Takot.** Nakakatakot na mangarap ng mataas. Kahit na anong pangarap ay makakamtan kung ikaw mismo ay pursigido. Kung sakaling ikaw ay takot na mabigo, hindi mo maabot ang kaganapan sa iyong minimithi. Kaya huwag kang matakot mabigo.
4. **Abala sa ibang mga bagay.** Maraming pinakakaabalahan, nakaligtang gawin o bigyan ng pansin ang mga bagay na dapat isaalang-alang tungo sa minimithi sa buhay.
5. **Kayabangan at pagiging makasarili.** Alamin mo kung ano ba ang maaaring asahan mula sa pamilya, kaibigan, katrabaho o asawa sa anumang gawin mong pagpapasya. Ang mahalaga ay sigurado ka sa nabuo mong pasya pagkatapos mong suriin ang iyong sarili at matukoy ang minimithi di lamang para sa iyong sarili kundi sa iyong kapwa.

MGA PARAAN SA PAGHAWI NG MGA HADLANG SA PAG-ABOT NG MITHI SA BUHAY

1. Suriin kung ano ba ang mga hadlang na kakaharapin mo sa pagbuo ng pasya.
2. Pag-aaralang mabuti ang mga kakaharaping balakid sa iyong pagpapasya.
3. Humingi ng payo sa iyong magulang o mga taong may mga narating na sa buhay.
4. Huwag madaliin. Mag-umpisa sa pinakamababa .
5. Palaging isipin BAKIT mo gagawin itong mabuting pagpapasya.
6. Ipagdiwang ang mga nakamtan mo gaano man ito ka liit.
7. Dapat maligaya ka sa iyong paglalakbay tungo sa pagkamit ng iyong minimithi sa buhay.

Sa paggawa ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay ay kailangang isaalang-alang ang kraytiryang SMART, ibig sabihin, Specific, Measurable, Attainable,

Relevant, Time Bound. Ito ay mahalaga upang maging kongkreto sa iyo ang iyong tatahakin sa iyong buhay.

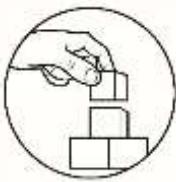
Tiyak (Specific). Kailangan ang lahat ng isusulat mo dito ay ispisipiko. Kung kaya't mahalaga na ikaw ay magnilay upang makita mo ang nais mong tatahakin. Hindi makatutulong sa iyo kung pabago-bago ka ng iyong nais. Kailangan mong siguraduhin ang iyong gagawin. Halimbawa; Si Nena ay mahilig mag bake at magluto. Nasa isip at puso niya na kumuha ng kursong Culinary Arts pagdating ng kolehiyo.

Nasusukat (Measurable). Nasusukat mo ba ang iyong kakayahan? Kailangan na ang isusulat mo sa iyong personal na pahayag ng misyon ay kaya mong gawin at isakatuparan. Dapat mo rin na pagnilayang mabuti kung ito ba ay tumutugma sa iyong mga kakayanan bilang isang tao sapagkat kung hindi ay hindi mo rin ito mabibigyan ng katuparan. Halimbawa; sa ipinapakitang galing ni Nena sa pagbi bake ng cake at pagluluto ng iba't ibang putahe, marapat lamang na kukuha siya ng kursong nababagay sa kanyang galing at kaya niyang gawin. Di pwedeng kumuha ng kurso na hindi angkop sa kanyang kakayahan.

Naaabot (Attainable). Kailangan na itanong mo sa iyong sarili na ang personal na pahayag ng misyon ko ba sa buhay ay makatotohanan? Ito ba ay kaya kong abutin o kaya ko ba itong gawin? Ito ba ay mapanghamon? Halimbawa; Kahit ano man ang mga kahaharaping pagsubok ni Nena sa kanyang kinuhang kurso ay mapagtugumpayan niya ito dahil gusto niya ang kanyang ginagawa.

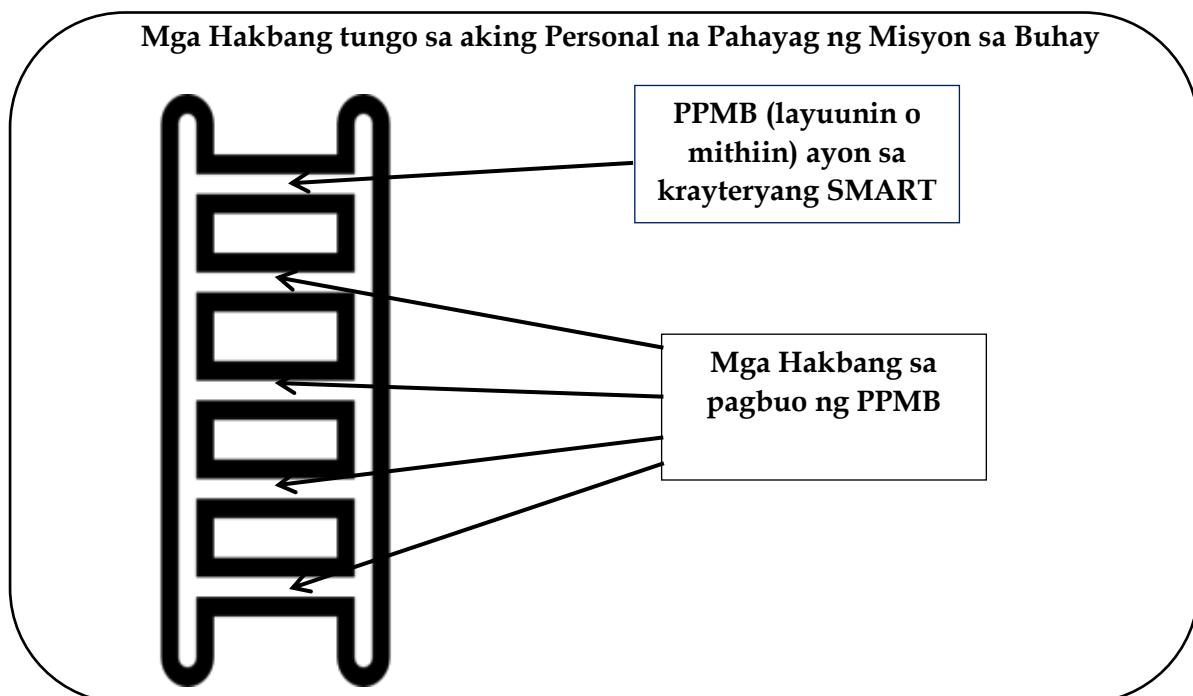
Angkop (Relevant). Ito ba ay angkop para makatugon sa pangangailangan ng iyong kapuwa? Isa ito sa kinakailangan mong tingnan at suriin. Dito ay kailangan na ituon mo ang iyong isip na ang buhay ay kailangan na ibahagi sa iba. Halimbawa; Nakagisnan na ni Liza ang hilig ng nanay niyang gumawa ng cookies para sa mga matatanda na nasa *Home for the Aged*. Kaya naikintal na sa isip at puso ni Liza ang pagtulong sa kapwa.

Nasusukat ng Panahon (Time Bound). Kailangan na magbigay ka ng takdang panahon o oras kung kailan mo maisasakatuparan ang iyong isinulat. Ito ang magsasabi kung ang personal na pahayag ng misyon sa buhay ay iyong nagawa o hindi. Kailangan rin na itakda ito kung pangmatagalanan o pangmadalian lamang upang maging gabay mo ito sa iyong mga pagpaplano at pagpapasiyang gagawin. Halimbawa; Si Mon ay naatasang gumawa ng research tungkol sa "New Normal Education" at kailangang maisumite ito bago sa takdang oras. Kaya naglaan siya ng panahon upang magawa niya ito ng matiwasya.



Pagyamanin

Panuto: Batay sa mga hakbang sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay, isipin kung paano maisasabuhay ang mga hakbang sa sariling pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay. Isulat ang bawat hakbang sa bawat baitang ng hagdan sa ibaba. Sa tuktok ng hagdan ay isulat ang layunin o mithiin na naaayon sa kraytiryang SMART. Gamiting gabay ang larawan sa ibaba.





Isaisip

Sa paggawa ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay ay kailangang isaalang-alang ang kraytiryang SMART, ibig sabihin, Specific, Measurable, Attainable, Relevant, Time Bound. Ito ay mahalaga upang maging kongkreto sa iyo ang iyong tatahakin sa iyong buhay.

Ang **MISYON** ay hangarin ng isang tao sa buhay na magdadala sa kaniya tungo sa kaganapan.

Narito ang mga hakbang sa pagbuo ng Personal na Pahayag sa Misyon sa Buhay:

2. Suriin ang iyong sarili
3. Tukuyin ang iyong mga pinapahalagahan
4. Sumangguni sa iba
5. Tipunin ang mga impormasyon

Gawin ito sa kwaderno at sagutin ang mga tanong:

1. Bakit mahalaga na malaman ang mga hakbang ukol sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay? Patunayan.

2. Ano ang mabuting dulot sa tao ng paggamit ng krayteryang SMART sa pagbuo ng kanyang layunin o mithiin sa buhay? Magbigay ng konkretong halimbawa.



Isagawa

Upang higit pang malinang ang iyong kaalaman sa paksang pinag-aaralan, subuking sagutin ang tanong. Galingan!

Sa iyong palagay ano ang maaring mgandang dulot ng iyong lubos na pagkilala sa iyong sarili tungo sa pagbuo mo ng Personal na Misyon sa Buhay? Ipaliwanag.

Ang pagtatakda ng mga layunin o mithiin sa buhay ay bahagi ng mga hakbang na kinakailangang gawin upang bumuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay. Tinalakay sa modyul na ito ang kahalagahan ng paggamit ng krayteryang SMART bilang batayan sa paggawa ng sariling mga layunin o mithiin sa buhay.

Panuto: Bilang hakbang sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay, gumawa ng iyong sariling mga layunin sa iba't-ibang aspeto ng iyong buhay batay sa krayteryang SMART. Mag-lista ng 3- 5 mga layunin.

SARILI

PAMILYA

EDUKASYON

KARERA



Tayahin

Halina't ating sukatin ang iyong nakaimbak na kaalaman sa aralin. Subuking sagutin ang mga sumusunod na aytem para sa paunang pagtataya.

Panuto: Basahin ang bawat aytem at piliin ang angkop na sagot sa mga tanong/pahayag. Isulat lamang ang titik sa sagutang papel sa napili mong sagot.

1. Alin sa mga sumusunod na sitwasyon ang **hindi** nagpapakita ng misyon sa buhay na nakabatay sa SMART?
 - a. Pagsasagawa ng bagay para sa sariling adhikain.
 - b. Pagpasok at pag-uwí ng tama sa oras.
 - c. Pagsusumite ng mga hinihingi na dapat ipasa sa paaralan.
 - d. Pagtuturo ng maayos dahil ito ang aking misyon.
2. Ayon kay Jeffrey, nais niyang matapos ang kanyang takdang aralin sa loob ng isang oras. Alin sa mga sumusunod na krayteriya ng SMART ang tumutukoy sa layuning itinakda ni Jeffrey?
 - a. Time Bound
 - b. Measurable
 - c. Attainable
 - d. Specific
3. Alin ang **di kabilang** sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay?
 - a. Suriin ang iyong sariili
 - b. Sukatin ang mga kakayahang
 - c. Tipunin ang mga impormasyon
 - d. Tukuyin ang mga pinahahalagahan
4. Si Anna ay nagtatanong sa kanyang pamilya at mga kaibigan na makaaktulang sa kanyang pagtatakda ng sariling layunin sa buhay. Ano ang tumutukoy sa hakbang na ito sa pagbuo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay?
 - a. Suriin ang iyong sariili
 - b. Sumangguni sa iba
 - c. Tukuyin ang mga pinahahalagahan
 - d. Tipunin ang mga impormasyon

5. Ang mga sumusunod ay mga hadlang sa pagpapasya ng mga mithiin sa buhay **maliban** sa isa: _____.
- Panggagaya sa nakikita o naririnig sa iba
 - Pagiging totoo sa sarili
 - Masyadong abala at kulang sa pokus
 - Takot mabigo
6. Ang mga sumusunod ay kabilang sa mga paraan kung paano maiwasan ang mga hadlang sa pagbuo ng Personal na Misyon sa Buhay, maliban sa isa: _____.
- Palagiang unahin ang sarili bago ang kapakanan ng nakararami
 - Palaging isipin bakit mo gagawin ang mabuting pagpapasya
 - Pag-aaralang mabuti ang mga kakaharaping balakid sa iyong pagpapasya
 - Huwag madaliin at mag-umpisa sa pinakamababa
7. Sa pagtatakda ng mga mithiin sa buhay, mahalaga na mayroong gabay, at ang krayteriyang SMART ang madalas na ginagamit bilang batayan sa pagsasagawa ng mga layuning ito. Ang mga sumusunod na sitwasyon na tumutukoy sa krayteriya ay kabilang sa SMART maliban sa isa:
- Si Rhea ay mag-aaral sa baitang 9. Kinuha ng nanay niya ang lahat ng modyuls sa linggong iyon sa kanilang paaralan. Dapat masagutan ang mga ito upang maibalik sa araw ng Biernes. Ngunit si Rhea ay palaging naglalaro ng ML at pinabayaan na lamang ang kanyang modyul.
 - Si Mang Julio ay isang magsasaka. Malapit na ang anihan ng palay. Plano niyang umpsahan ang anihan sa darating na Lunes at kailangang tapusin ito sa loob lamang ng dalawang araw para mabilad ang mga produkto at maibinta sa kanilang suki sa lungsod.
 - Si Teacher Michelle ay guro sa elementarya. Gumagawa siya ng modyul para sa ikatlong markahan. Plano niyang gawing madali ang modyul para sa kanyang mga mag-aaral upang mataas ang iskor pati din ang kanilang marka.
 - Si Renato ay mahusay sa Mathematics nang siya ay nasa hayskul pa lamang. Noong siya ay nasa kolehiyo na ay kumuha siya ng kursong pagiging enhinyero.
8. Saan dapat makabubuti ang isasagawang pagpapasiya?
- Kapakanan ng pamayanan/ komunidad
 - Pansariling kapakanan
 - Ispirituwal na aspeto
 - Sarili, kapwa at lipunan

9. Ang pagkilala sa sarili ay bahagi ng mga hakbang na kailangang daanan upang maka-buo ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay. Alin sa mga sumusunod ang makakatulong sa pagkilala sa sarili?
- Inililista ang mga kalakasan at kahinaan sa iba't-ibang mga larangan batay sa tunay na obserbasyon sa sarili
 - Pagkukunwari at pagkukubli sa tunay na pag-uugali
 - Ang pakikinig sa mga husga ng taong hindi kilala.
 - Inililista lamang ang mga sariling katangian o ugali na mabuti o maganda

Ang lighthouse ay tore o gusali na kumukuha ng ilaw mula sa mga lampara o lensis at ginagamit bilang gabay ng mga naglalayag na barko laban sa mga panganib o pagkalubog sa dagat. Maituturing na ang Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay ay katulad ng isang lighthouse.

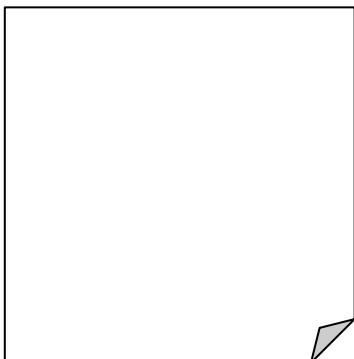
10. Batay sa pahayag na nabasa sa itaas ano ang aral na maaaring makuha sa isang *lighthouse* kaugnay sa pagtatakda ng Personal na Pahayag ng Misyon sa Buhay?
- Ang kawalan ng direksyon sa buhay ay nagsimula sa sarili lamang.
 - Ang paglayo sa kapahamakan ay nangangailangan ng paghingi ng tulong sa magulang
 - Ang lighthouse ay isang lampara o lenses lamang na makikita sa dagat.
 - Ang pagpapasya sa buhay ay nangangailangan ng gabay upang maiiwasan ang pagkaligaw tungo sa iyong mga mithiin sa buhay.



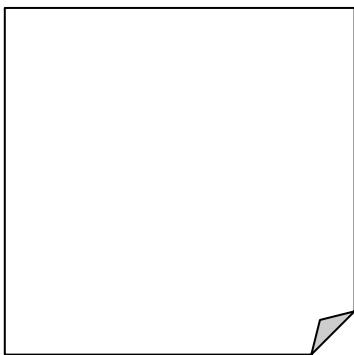
Karagdagan Gawain

Gawin ito sa iyong kuwarderno.

Bumuo ng Batayang Kopsepto gamit ang *graphic organizer*.



**Paano mo
mainam na
maisasakatupar
an ang mga
hakbang sa
pagbuo mo ng
Personal na
Misyon sa
Buhay?**





Susi sa Pagwawasto

Tayahin	Subuktin
1. A	1. A
2. A	2. D
3. B	3. B
4. C	4. B
5. C	5. B
6. A	6. A
7. A	7. D
8. D	8. A
9. A	9. D
10. D	10. B

Sanggunian

Gayola, Sheryll T. et. al. 2015. Edukasyon sa Pagpapakatao 9: Modyul Para sa Mag-aaral. 5th Floor Mabini Bldg., DepEd Complex, Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600: FEP Printing Corporation

Mancini, W. (2012, July 27). *The 5 Major Obstacles To Personal Vision*. Will Macini. <https://www.willmancini.com/blog/the-5-major-obstacles-to-personal-vision>

Para sa mga katanungan o puna, sumulat o tumawag sa:

Department of Education - Bureau of Learning Resources (DepEd-BLR)

Ground Floor, Bonifacio Bldg., DepEd Complex
Meralco Avenue, Pasig City, Philippines 1600

Telefax: (632) 8634-1072; 8634-1054; 8631-4985

Email Address: blr.lrqad@deped.gov.ph * blr.lrpd@deped.gov.ph