

KATOLÍCKA SPOJENÁ ŠKOLA SV. FRANTIŠKA ASSISKÉHO

9. ROČNÍK ZÁKLADNEJ ŠKOLY

PROAKTIVITA

1. časť



09

WWW.INKY.SK

PROAKTIVITA...?



Stretli ste sa už niekedy s
týmto slovom:
PROAKTIVITA?

**Ak hej – čo presne
znamená?**

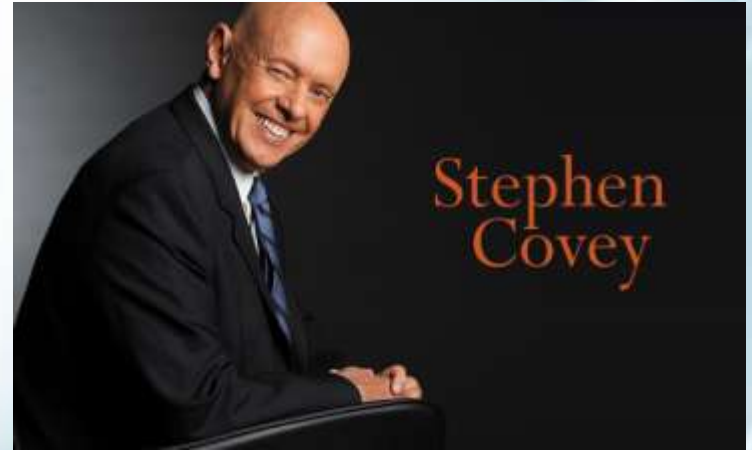


Dobrá odpoveď = 1 dnešný kredit

PROAKTIVITA...!

„Zatiaľ čo v literatúre o manažmente je slovo **proaktivita** teraz už celkom známe, ide o slovo, ktoré vo väčšine slovníkov nenájdete. Znamená viac než iba **prevziať INICIATÍVU**. Znamená, že ako ľudské bytosti **sme ZODPOVEDNÍ za naše životy**. Naše správanie je funkciou našich rozhodnutí, nie našich podmienok. City môžeme podriadiť hodnotám. **Máme iniciatívu a zodpovednosť za to, aby sa veci uskutočnili.**“

(Stephen Covey)



Stephen Covey, autor bestselleru
7 návykov vysoko efektívnych ľudí

Rozum + sloboda =
zodpovednosť.

Zodpovednosť + iniciatívnosť =
proaktivita.

**... nejaké otázky,
poznámky,
postrehy,
pripomienky?**



DNES...

... sa sústredíme práve na
otázku **ZODPOVEDNOSTI** za
svoj osud a svoj život.



OTÁZKA...:



NAKOĽKO sme my sami
zodpovední za svoj život
a za svoj osud? Za to, ako
v živote dopadneme?

Skúste vyjadriť
PERCENTOM!



Dobrá odpoveď = 1 dnešný kredit

V PERCENTÁCH...

V NAŠOM ŽIVOTE:



Výskumy ukazujú, že v našom živote je zhruba

- **50%** pevne daných, napríklad našou genetikou,
- **10%** pripadá na vplyvy nášho okolia
- **40%** priamo závisí od našich rozhodnutí a nášho konania!

OTÁZKA EŠTE RAZ...:



NAKOĽKO sme my sami
zodpovední za svoj život
a za svoj osud?

Skúste vyjadriť
PERCENTOM!



Dobrá odpoveď = 1 dnešný kredit

TRI KATEGÓRIE...

1) Veci, ktoré môžeme
priamo

ZMENIŤ.

- *Naše myslenie*
- *Naše pocity*
- *Naše reakcie*
- *Naše správanie sa*
- *Náš spôsob hovorenia*
- *Náš vzťah k iným
ľuďom*
- *Náš životný štýl*
- *To, čo vlastníme (veci,
majetok,...)*
- *atď.*

TRI KATEGÓRIE...

1) Veci, ktoré môžeme priamo

ZMENIŤ.

2) Veci, ktoré môžeme aspoň nepriamo

OVPLYVNIŤ.

- *To, ako sa k nám správajú iní ľudia*
- *To, ako nás vidia a vnímajú iní ľudia*
- *Ale napríklad aj niektoré podmienky na škole (napr . cez študentský parlament, ale aj atmosféru v triede, svoje postavenie v kolektíve,...)*
- *... v spoločnosti (politika, rôzne kampane,...)*
- *atď.*

TRI KATEGÓRIE...

1) Veci, ktoré môžeme
priamo

ZMENIŤ.

2) Veci, ktoré môžeme
aspoň nepriamo

OVPLYVNIŤ.

3) Veci, ktoré nemôžeme
(nateraz)

ANI zmeniť,

ANI ovplyvniť.

- *Škola, do ktorej chodíme;*
- *Kolektív, v ktorom sa učíme;*
- *Učitelia, ktorí nás vyučujú a hodnotia*
- *Predmety, ktoré sa tam povinne učíme;*
- *Naša genetiku a z nej plynúce vlastnosti;*
- *Národnosť a pôvod;*
- *Svoj talent;*
- *Zákony (aspoň nie hneď)*
- *atď.*

AK TEDA MÁME PROBLÉM...

... v niečom, čo môžeme zmeniť, tak to
jednoducho zmeníme – a basta.

**MÁME TO POD
KONTROLOU!**



AK TEDA MÁME PROBLÉM...

... v niečom, čo síce nemôžeme zmeniť, ale to môžeme ovplyvniť, môžeme sa pokúsiť urobiť to a zmeniť tak vec v náš prospech.

Spravidla sa to deje tým, že zmeníme niečo na sebe: na svojom prístupe k okoliu, v ktorom žijeme, k ľuďom,...

**NEMÁME SÍCE
KONTROLU, ALE MÁME
VPLYV A NIE SME
BEZMOCNÍ!**



AK TEDA MÁME PROBLÉM...

Čo ale, ak je problém v niečom, čo nemôžeme

**ANI ZMENIŤ, ANI NIJAKO
OVPLYVNIŤ?**

Nemôžem **zmeniť**,
ani **ovplyvniť**!

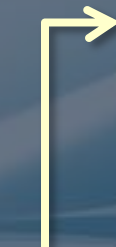
Nemôžem **zmeniť**,
ale môžem **ovplyvniť**!

Môžem
zmeniť

MÔŽEME TO VYUŽIŤ!



Pokiaľ bude jej túžbou stať sa olympijskou víťazkou vo vzpieraní, bude pre ňu jej postava asi **neprekonateľnou slabosťou**.



Elisany Silva, Brazília, vek 14 rokov, **výška 206cm**, najvyššia teenagerka na svete.



Ak zmení svoju ambíciu na olympijskou víťazku v basketbale, stane sa pre ňu jej postava **obrovskou prednosťou!**.

MÔŽEME TO VYUŽIŤ!

PREMENIŤ SLABOSŤ NA PREDNOSŤ; alebo PROBLÉM NA PRÍLEŽITOSŤ!

Niektoré veci, ktoré nám nevyhovujú, nemôžeme zmeniť, ani ovplyvniť. Môžeme ich iba využiť. Na každý **problém**, ktorý nedokážeme odstrániť, by sme sa mali začať učiť **pozerať nie ako na prekážku, ale ako na príležitosť**, ktorá nás dokáže niečím obohatiť a posunúť nás tak smerom k nášmu cieľu – k rastu a k dokonalosti!

*Ak napríklad na Tebe „sedi“ učiteľ, je to pre Teba príležitosť učiť sa tvrdšie, než ostatní spolužiaci a vytrénovať si tak disciplínu, **návyk tvrdo pracovať**, zlepšiť si pamäť, **vylepšiť spôsob učenia sa** – a to všetko sú veci, ktoré sa pre Teba stanú v budúcnosti obrovskou výhodou!*

*„Čo ťa nezabije, to ťa posilní!“
(Fridrich Nietzsche, filozof)*

*„Chválime sa aj súženiami, ved’ vieme, že **súženie prináša trpezlivosť**, trpezlivosť osvedčenú **čnosť** a osvedčená čnosť zasa **nádej**.“*

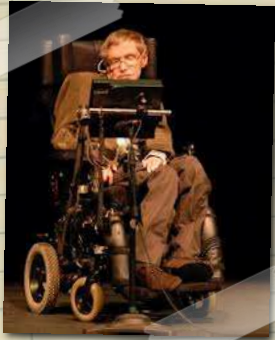
(Sv. Pavol, Rim 5,3-4)

Nie je náhoda, že mnoho významných osobností ľudstva pochádzalo z „jednoduchých“ pomerov (dnes sa to volá: „zo znevýhodneného prostredia“)

MÔŽEME TO

Niektoré veci, ktoré sa môžu zmeniť, ani ovplyvniť, ale každý **problém**, ktorému sme sa mali začať venovať, **ale ako na príležitosti** obohatiť a posunúť – k rastu a k dokonalosti.

*Ak napríklad na Teba príležitosť učiť sa tak, ako vytrénovať si tak, aby si **pracovať**, zlepšiť si učenia sa – a to všetko stanú v budúcnosti*



PRÍBEH STEPHENA HAWKINGA

Stephen Hawking, popredný súčasný vedec, je takmer od svojich 23 rokov ochrnutý a pripútaný na invalidný vozík kvôli amyotrofickej laterálnej skleróze. Napriek tomu sa stal jedným z popredných kozmológov a vedcov a jedným z najznámejších ľudí súčasnosti. **Sám Hawking tvrdí, že amyotrofická skleróza bola jedným z najväčších darov, ktoré od života dostal:** „Vďaka izolácii od sveta som mal možnosť rozvíjať svoju predstavivosť a vidieť problémy z iného uhla pohľadu.“ **Situácia, ktorú nemohol nijako zmeniť, ani ovplyvniť, by pre 99% ostatných ľudí predstavovala problém, ktorý by ich zlomil. Pre Hawkinga sa ale stala príležitosťou a bránou k úspechu, ktorý by bez nej možno nikdy nedosiahol!**

STĚ;
Ť!

„Býj, to ťa posilní!“

(Friedrich Nietzsche, filozof)

„Aj súženiami, ved’

enie prináša

bezlivost’

ost’ a osvedčená

dej.“

(Sv. Pavol, Rim 5,3-4)

e mnoho

obností ľudstva

„dnoduchých“

sa to volá: „zo

prostredia“)

**... nejaké otázky,
poznámky,
postrehy,
pripomienky?**



OTÁZKA DO TRETIČE...:



NAKOĽKO sme my sami
zodpovední za svoj život
a za svoj osud?

Skúste vyjadriť
PERCENTOM!



Dobrá odpoveď = 1 dnešný kredit

ÚLOHA

Z prostredia Vášho školského života nájdite:

- **3 veci**, ktoré môžete ako trieda priamo zmeniť;
- **3 veci**, ktoré môžete ako trieda ovplyvniť – ako?
- **3 veci**, ktoré ako trieda nemôžete zmeniť, ani ovplyvniť, ale môžete ich využiť – ako?



Kvalitné vypracovanie = 1 dnešný kredit

OTÁZKA DO TRETICE...:



ČO konkrétne ako trieda
na základe svojich zistení
UROBÍTE?



Dobrá odpoveď = 1 dnešný kredit

DOMÁCA ÚLOHA

Nájdite vo svojom živote najmenej 5 vecí, ktoré vnímate ako **problém**.

U každej určite, do ktorej kategórie patrí: môžem zmeniť, môžem ovplyvniť, môžem využiť.

Potom pouvažujte a **napíšte, čo presne urobíte**, aby ste daný problém buď odstránili, alebo premenili z problému na príležitosť a zo slabosti na prednosť!



Kvalitné vypracovanie = 1 kredit



KATOLÍCKA SPOJENÁ ŠKOLA SV. FRANTIŠKA ASSISKÉHO

3. ROČNÍK GYMNÁZIA

KONIEC



WWW.INKY.SK