

Do uzupełnienia za środę 1 kwietnia.

Temat: Autoprezentacja, czyli moc pierwszego wrażenia.

- Przeczytaj i zastanów się, czy się z tym zgadzasz?

WAŻNE Często oceniamy innych na podstawie pierwszego wrażenia. Przy kolejnych spotkaniach towarzyszą nam wspomnienia z pierwszego kontaktu. Zauważ, że ludzie często mówią: „Pamiętasz jak X przyszedł tu pierwszy raz...” lub „Od pierwszej chwili wiedziałam, że z nim będą kłopoty...” albo „Jak ją tylko ujrzałam, poczułam, że ją polubię...”. Wiele starań potrzeba, żeby zmienić na lepsze myślenie o nas osób drugich. Słyszymy też nieraz wypowiedzi: „Nie zrobiła na mnie dobrego wrażenia, ale później zmieniłam o niej zdanie”, gorzej, gdy mówią: „Wydawał się taki miły, ale jak go lepiej poznałem, okazało się, że to straszny pozer”. Tak więc pierwsze wrażenie, chociaż ma swoją moc, może być czasami mylne.

- Zapoznaj się z informacjami i staraj się zapamiętać!

Istotą pierwszego kontaktu jest właściwe zaprezentowanie siebie.

Twoje ciało może wysyłać informacje o pewności siebie lub jej braku, pozytywnym, negatywnym lub obojętnym nastawieniu do drugiej osoby, zaniepokojeniu, spokoju czy niepewności. **Pierwsze wrażenie możesz zrobić tylko raz, a ludzie są podatni na jego działanie.**

Na budowanie pozytywnych relacji z innymi także wpływają:

- ♣ normy społeczno-obyczajowe: wygląd zewnętrzny (strój, schludność, włosy, zapach),
- sposób zwracania się do osoby, kultura bycia, zwyczaje środowiskowe,
- ♣ mowa ciała – postawa, kontakt wzrokowy, zachowanie odpowiedniego dystansu, ruchy ciała, sposób poruszania się, gestykulacja, mimika,
- ♣ używanie stosownego do sytuacji słownictwa,
- ♣ intonacja, dykcja, barwa, natężenie głosu, tempo wypowiedzi,
- ♣ uśmiech,
- ♣ wyraźne przedstawienie się, zwroty grzecznościowe.

- Poćwicz w domu z drugą osobą zaprezentowanie się w nowej szkole nieznanemu koledze i nauczycielowi. Wykorzystaj porady:

- ♣ wyglądaj pewnie – podnieś wzrok i uśmiechaj się,
- ♣ wykaż zainteresowanie – patrz prosto w oczy, jednak nie rób tego natarczywie,
- ♣ okaż szacunek – wyjmij ręce z kieszeni, mów miłym tonem,
- ♣ od samego początku zwracaj się do osoby, używając tytułu lub funkcji, zwrotu pan, pani, nazwiska lub imienia w zależności od okoliczności, aby pokazać, że jest to dla ciebie ważne, że masz zamiar je zapamiętać,
- ♣ traktuj wszystkich w ten sam sposób – nikogo nie wyróżniaj,
- ♣ nie zapomnij o dobrych manierach: pochylenie głowy, uścisk dłoni, postawa,
- ♣ używaj stosownego, poprawnego języka, mów wyraźnie, starannie dobieraj słowa,
- ♣ zadbaj o wygląd zewnętrzny,
- ♣ zwracaj uwagę na tempo, ton wypowiedzi.

Na dzisiaj koniec

.....
PATRZ NASTĘPNA STRONA

środa 8 kwietnia

Temat: **Klasyfikacja zawodów i specjalności.**

Przejrzyjcie informacje pod linkami.

1. Artykuł o klasyfikacji zawodów i specjalności.

<http://www.spwiechlice.pl/index.php/48-doradztwo-zawodowe/162-klasyfikacja-zawodow-i-specjalnosci>

2. Wyszukiwarka opisów zawodów

https://psz.praca.gov.pl/rynek-pracy/bazy-danych/klasyfikacja-zawodow-i-specjalnosci/wyszukiwarka-opisow-zawodow/-/klasyfikacja_zawodow/litera/P

Na dzisiaj tyle.

.....
....