

Leerder Werkboek

Lewensoriëntering: Graad 8

Selfontwikkeling in die samelewing

Naam:

Graad:

Onderwyser:

Hierdie werkboek sal nodig wees vir die volgende paar lesse, dit moet elke les na die klas gebring word sodat jy daarin kan werk.

Wees op die uitkyk vir hierdie ikone om jou te help:



Luister en gee aandag



Dink daaroor



Skryf jou antwoorde neer



Huiswerk

PowerPoint 1: Inleiding tot Lewensoriëntering

Datum: _____



My onderwyser is: _____



SKRYF JOU KLASKAMERREËLS HIERONDER NEER:



SOMS IS 'N
NUWE BEGIN
AL WAT ONS
NODIG HET

WWW.LIVELIFEHAPPY.COM

Wat beteken dit vir jou?

Selfkonsep en selfmotivering

Selfkonsep en **selfmotivering** is twee baie belangrike konsepte. Die twee is gekoppel aan mekaar, saam met ons selfbeeld en hoe dit verband hou met die wêreld rondom ons.



PowerPoint 2: Selfkonsep en selfmotivering



Verduidelik wat jou selfkonsep beteken:



Verduidelik wat selfmotivering beteken:



Waarom is hierdie konsepte vir jou as individu só belangrik?



SELFKONSEP: faktore wat jou beïnvloed

PowerPoint 3: Faktore wat jou selfkonsep beïnvloed

Datum: _____

As jy na
hierdie twee
foto's kyk,
wat sien jy?
Wat beteken
hulle?



HOE ANDER JOU SIEN, IS NIE BELANGRIK
NIE. HOE JY JOUSELF SIEN, MAAK DIE
WÊRELD SE VERSKIL.



WAT DIE MEESTE
SAAK MAAK, IS
HOE JY JOUSELF
SIEN

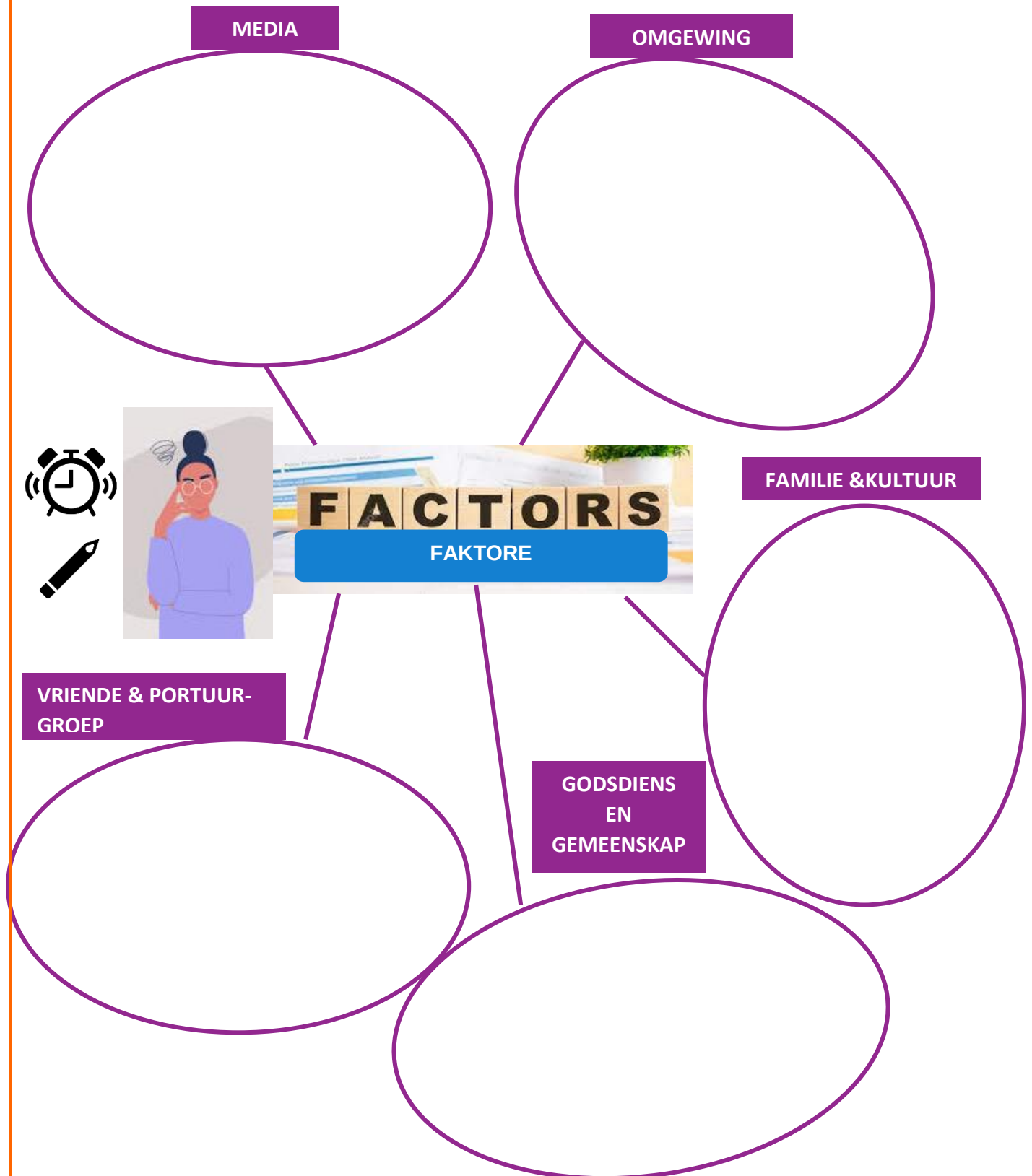
Skryf jou antwoord hieronder neer:



Wat beïnvloed jou eie selfkonsep en hoe jy jouself sien?







Die aanhaling waaraan jy gevra
is om na te dink - skryf jou
antwoord hier:

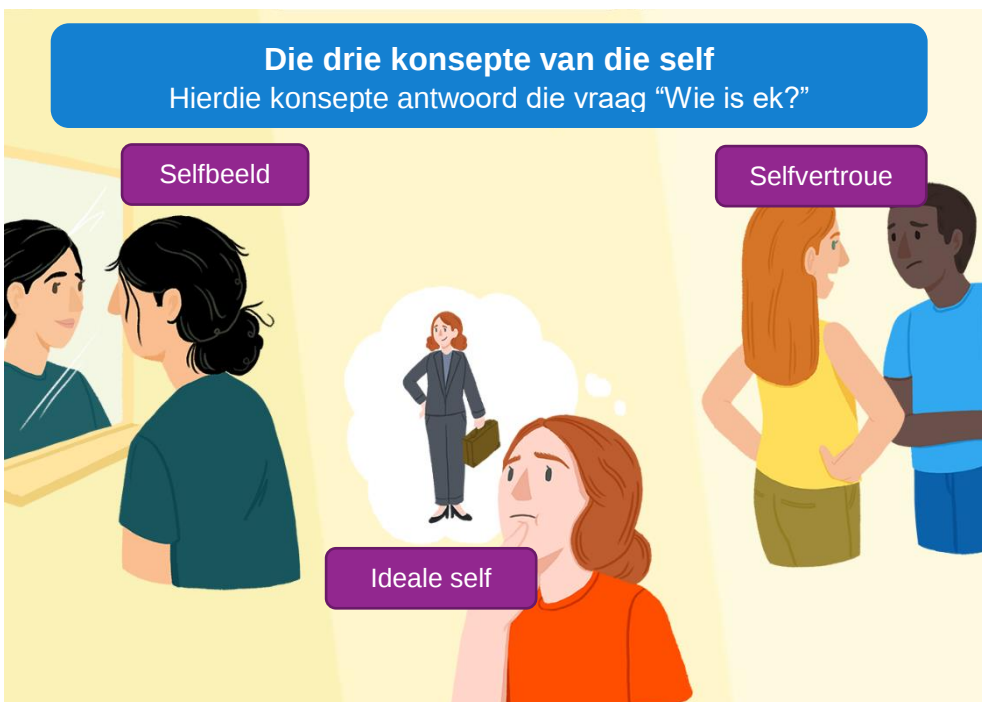


HUISWERK:



How do these factors affect you? What has the biggest impact on you?





**Onderzoek die diagram langsaan.
Daar is drie komponente van selfkonsep:**

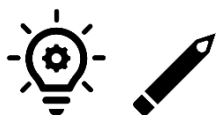
- ★
- Selfbeeld
- ★
- Selfbeeld
- ★
- Ideale self
- ★



Wat beteken hierdie drie terme?

PowerPoint 4: Selfpraat

Datum: _____



Definieer SELFPRAAAT

**Gee die teenoorgestelde van
POSITIEWE selfpraatjies**

Wat kan soos Selfpraat wees?

**Skep 'n kort scenario met
behulp van selfpraat.**

Waarom is POSITIEWE selfpraatjies belangrik en hoe kan dit jou help met die doelwitstelling?



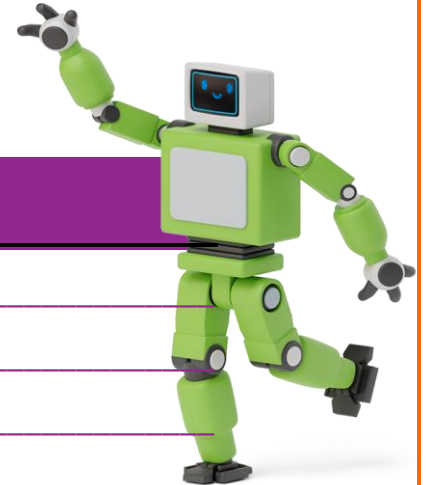
Wat beteken die aanhaling hierbo?

Notas:



PowerPoint 4: Persoonlike potensiaal

Datum: _____



Wat beteken persoonlike potensiaal?

**"Ons sal nooit ons volle potensiaal ken nie, tensy ons onself
dwing om dit te vind."**

—Travis Rice



Hoe kan jy jou persoonlike potensiaal bereik?



Watter strategieë kan jy in plek stel om jou potensiaal te bereik?



REFLEKSIE



Datum: _____

Gebruik hierdie bladsy om 'n breinkaart te maak van wat jy geleer het en wat jy uit hierdie lesse gaan wegneem:

