

Pasja – coś, co uskrzydla



Dlaczego warto mieć pasję?

- bo zaangażowanie w nią poprawia zdrowie
Wykonywanie z zaangażowaniem przyjemnych czynności między innymi obniża poziom ciśnienia krwi i kortyzolu (tzw. hormonu stresu) oraz poprawia kondycję.
- bo jest źródłem przyjemności
Posiadanie i realizowanie hobby sprawia, że odczuwamy radość.
- bo jest napędem naszego rozwoju
Chęć rozwijania wiedzy i umiejętności związanych z pasją płynie z motywacji wewnętrznej – tej, która zapewnia najskuteczniejszą naukę.

Jaki jest związek między pasją a wyborem szkoły lub pracy?

- realizowanie pasji to okazja do poszerzania swojej wiedzy i umiejętności, które być może będą atrakcyjne w oczach pracodawcy i przydatne w pracy zawodowej,
- świadomość tego, co nas pasjonuje, ułatwia wybór profilu szkoły i klasy oraz pomaga w określeniu swoich preferencji zawodowym – daje odpowiedź na pytanie: *Co lubię robić oraz co chcę robić teraz i w przyszłości?*
- kompetencje nabyte w czasie wykonywania pasjonujących czynności mogą być przydatne w edukacji oraz w pracy zawodowej.



Jak znaleźć odpowiedź na pytanie: *Co mnie pasjonuje?*

- skorzystaj ze wsparcia doradcy zawodowego, który zaproponuje ci ciekawe testy i kwestionariusze pomocne w ocenie twoich upodobań,
- notuj swoje doświadczenia, np. w formie portfolio, dziennika, mapy myśli – porządkuj wiedzę o sobie i wyciągaj wnioski,
- rozmawiaj, pytaj i słuchaj, czerp inspirację od innych pasjonatów, daj się wciągnąć,
- nie unikaj nowych doświadczeń – próbuj, testuj, pokonuj opory. A może nowa aktywność miło cię zaskoczy?

