



Mengapa Adaptasi dalam Karier Terkadang Menjadi Tantangan?

Hal ini dapat disebabkan karena beberapa hal, antara lain:

- Kamu harus mengubah cara berpikirmu
- Kamu harus mengubah caramu bertindak
- Kamu harus mengubah rutinitasmu



Activity

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini!

Apa contoh kebiasaan yang biasanya kamu lakukan setiap hari?

Contoh-contoh rutinitas:

- Bagaimana saya bersiap-siap untuk tidur
- Bagaimana saya membersihkan dapur
- Bagaimana saya pergi sekolah/bekerja

Apa saja urutan kegiatan yang biasa kamu lakukan setiap hari?

Bagaimana perasaanmu saat ada perubahan dalam kebiasaan harianmu?
