

PD3 Opgave 2B - kommenteringsopgaven

Overskriften er opgavens titel - Du skal ikke selv lave en overskrift!

Svar på alle tre punkter - Opgaven har tre punkter, der alle skal besvares. De tre punkter behøver ikke at hænge sammen, men må gerne. Det sidste punkt er det vigtigste.

Første punkt i opgaven: Fortæl kort om dine erfaringer med.../din holdning til...

Dette punkt er en slags indledning til teksten, så læs de to andre punkter grundigt, før du begynder at skrive om din egne erfaringer - det er ikke godt at diskutere noget i første punkt, som du skal diskutere i de næste punkter, men du må gerne lægge op til diskussionen.

- *Stress er blevet en folkesygdom, og det hænger blandt andet sammen med den rolle arbejde spiller i vores liv i dag i dag. Jeg bliver personlig stresset, når jeg har en deadline og er afhængig af, at andre laver deres ting færdig, før jeg selv kan blive færdig.*

Andet punkt i opgaven: Kommenter et eller to udsagn fra listen

Under dette punkt skal du vise, at du kan udtrykke din mening og underbygge den med ræsonnementer som fx eksempler. Vælg det udsagn, du har mest at sige om. Det er bedst, hvis du kan flette det ind i din tekst uden at citere direkte – det gør din tekst mere sammenhængende. Vælger du udsagnet:

- *Sørg for at have gode relationer til dine kolleger*

kan du fx skrive:

- *Hvis man vil undgå stress, er det først og fremmest vigtigt, at man har det godt på arbejde. Og det vil bl.a. sige, at man har et godt forhold til kollegerne. Man kan selvfølgelig godt blive for gode venner, så man tager for meget hensyn til følelser og for lidt til sagen. Men i de fleste job er man afhængig af andre, og derfor er et godt samarbejds-klima centralt.*

Hvis du ikke kan skrive nok om et af udsagnene, kan du vælge et til.

Tredje punkt i opgaven: En afklaring, en diskussion for og imod, eller en prioritering

- *Diskuter, hvilke årsager der kan være til, at flere sygemeldes med stress i dag end tidligere. Diskuter også, hvilke årsager der er mest afgørende. Begrund dine synspunkter*

Det vigtige her er at vurdere, diskutere og sammenfatte. *At vurdere* betyder at sige, hvilken værdi noget har. Hvad er bedst eller vigtigst? Og hvorfor? Det er ikke nok at skrive en liste med fordele og ulemper eller argumenter for og imod; du skal også skrive, hvorfor det er godt eller skidt. Og du skal nå frem til et resultat. Resultatet kan godt være 1:1 ligesom i en fodboldkamp, men du skal sammenfatte diskussionen. Fx:

- Der er mange grunde til at folk får stress, så når flere og flere bliver sygemeldt med stress, kan der være rigtig mange forskellige årsager. En del stress kommer af måden, vi arbejder på, en anden del kommer fra den måde, vi bruger vores fritid på. Og måske allervigtigst er samspillet mellem arbejdet og fritiden. For hvor går grænsen mellem

arbejde og fritid, når man har sin arbejds-email på sin telefon? Eller når man tjekker facebook på arbejde? På den måde skal man hele tiden forholde sig til alting, og det kan give stress. Jeg vil tro, at det er hovedårsagen til, at flere bliver stressede i dag.

Sammenfatningen på tredje punkt er den naturlige afslutning på opgaven. Du behøver ikke sammenfatte hele opgaven, men du må gerne, hvis du kan finde på noget, der ikke virker for kunstigt.