

Witaj Wojtku na kolejnych zajęciach online !

„Jak poznać swoje mocne strony?” cz.2

ZADANIE

4. Mapa dobrej energii .

Przypomnij sobie sytuację, w której do podjęcia decyzji potrzebna była Ci wiedza o Twoich słabych i mocnych stronach.

Link do prezentacji:

- Czy potrzebna jest nam wiedza o nas samych?
- PO co poznawać swoje mocne strony?
- Po co poznawać swoje słabe strony?
- W jakich sytuacjach przydaje się świadomość własnych możliwości?
- Czy miałeś już kiedyś taką sytuację, w której przydała się Tobie wiedza o sobie?

Weź kartkę A4 i kredki lub mazaki. W każdym rogu kartki zapisz jedno wyrażenie (każde w innym kolorze):

„Skrzydeł dodaje mi...”;

„Moje ulubione przedmioty szkolne to...”;

„W wolnym czasie lubię...”;

„Moje ostatnie sukcesy to...”.

Następnie dopisz do każdego wyrażenia różne odpowiedzi lub narysuj je. Będzie to Twoja prywatna mapa, dodająca dobrej energii. Zachowaj ją i wracaj do niej od czasu do czasu.

Pozdrawiam Pani Irena Mirocha.