

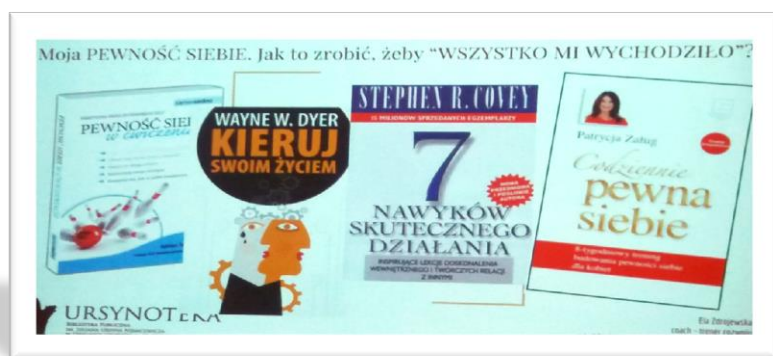
**13 września 2018 - Cykl Strefa rozwoju z książką w Ursynotece –
Spotkanie 3 pt.: Moja pewność siebie. Jak sprawić aby wszystko mi
wychodziło.**

Pewność siebie generowana jest przez obserwację i refleksję nad samym sobą, własną osobowością. Człowiek jest widzem, ale i przedmiotem obserwacji. – **Immanuel Kant**

Tak na prawdę nie ma jednoznacznej definicji pewności siebie. Składa się na to wiele czynników, np.: twoje własne myśli i poglądy, to, jak ludzie reagują na ciebie, doświadczenia wyniesione z domu, szkoły, pracy i ogólnie społeczności, kultura i religia, w której jest się wychowanym, relacje z rodzicami, rodzeństwem czy rówieśnikami. Wiele przekonań na temat własnej osoby kształtuje się na podstawie informacji, które otrzymujemy od swojego otoczenia. Ale największy wpływ zazwyczaj mają nasze własne myśli.

Elżbieta ZDROJEWSKA
Moja pewność siebie.
Jak sprawić aby wszystko mi wychodziło?

Strefa rozwoju z książką
13 września 2018 r. godz. 18:00
URSYNOTEKA - MUZEUM
ul. Barwna 8
Projekt realizowany w ramach akcji Wolontariat w Ursynotece



Moja PEWNOŚĆ SIEBIE. Jak to zrobić, żeby "WSZYSTKO MI WYCHODZIŁO"?

Nasze myśli, odczucia,
działania, a nawet ciało
w każdej chwili
odzwierciedlają
pewność siebie.

Wpływa ona na
wszystko co robimy!

URSYNOTEKA

Moja PEWNOŚĆ SIEBIE. Jak to zrobić, żeby "WSZYSTKO MI WYCHO..."

Pewności siebie można się nauczyć!

Pewność siebie wyrasta ze:

- zdrowego nastawienia względem własnej osoby;
- poczucia skuteczności;
- optymistycznego podejścia do życia

URSYNOTEKA



7 NAWYKÓW SKUTECZNEGO DZIAŁANIA
Stephen Covey

- 1. Bądź produktywny
- 2. Zaczynaj z wiszą końca
- 3. Najpierw najważniejsze
- 4. Wygrana - Wygrana
- 5. Najpierw zrozum potem bądź zrozumiany
- 6. Synergia
- 7. Ostrzeżenie piły