Mocne i słabe strony.

Każdy człowiek jest inny i każdy z nas składa się z różnej mieszanki cech charakteru. Mamy swoje zalety oraz wady, inne temperamenty oraz inne umiejętności, którymi możemy się szczycić. Nikt z nas nie jest idealny, choć każdy by chciał. Jak więc zmienić nasze niedoskonałości charakteru w idealne odpowiedniki?

Zacznijmy od filmu
https://youtu.be/wKdGMIivbm

Wykonaj ćwiczenie!
Napisz 5 zalet, za które cenią Cię przyjaciele.
Napisz 5 wad, których nie lubisz u innych.
Zastanów się czy wady innych nie pasują do Ciebie, jeżeli tak to postaraj się je wyeliminować.

Jak zamienić wady w zalety?

Zrób listę!

Nim zaczniesz próbę zmiany swoich wad, weź kartkę i długopis. Podziel ją na dwie części. W pierwszej kolumnie wypisz swoje wady, w drugiej natomiast zalety. Poświeć temu zadaniu trochę czasu, wypisz jak najwięcej cech charakteru opisujących Ciebie. Nie próbuj oszukiwać, to bardzo ważne aby być świadomym swojego charakteru. Teraz przeczytaj je uważnie, sprawdź czy wypisane przez Ciebie wady pasują tylko do tej jednej kolumny, w której się znajdują czy może mogłyby znaleźć się w kolumnie z zaletami.

Strony użyte w prezentacji:

https://images.app.goo.gl/5Y1q4esf7LZkAXVu9
https://images.app.goo.gl/oXdPCwLtwX6AKYcD7
COGNITY Praktyczne skuteczne szkolenia i konsultacje- Jak zmieniać wady w zalety- Monika Pikor.