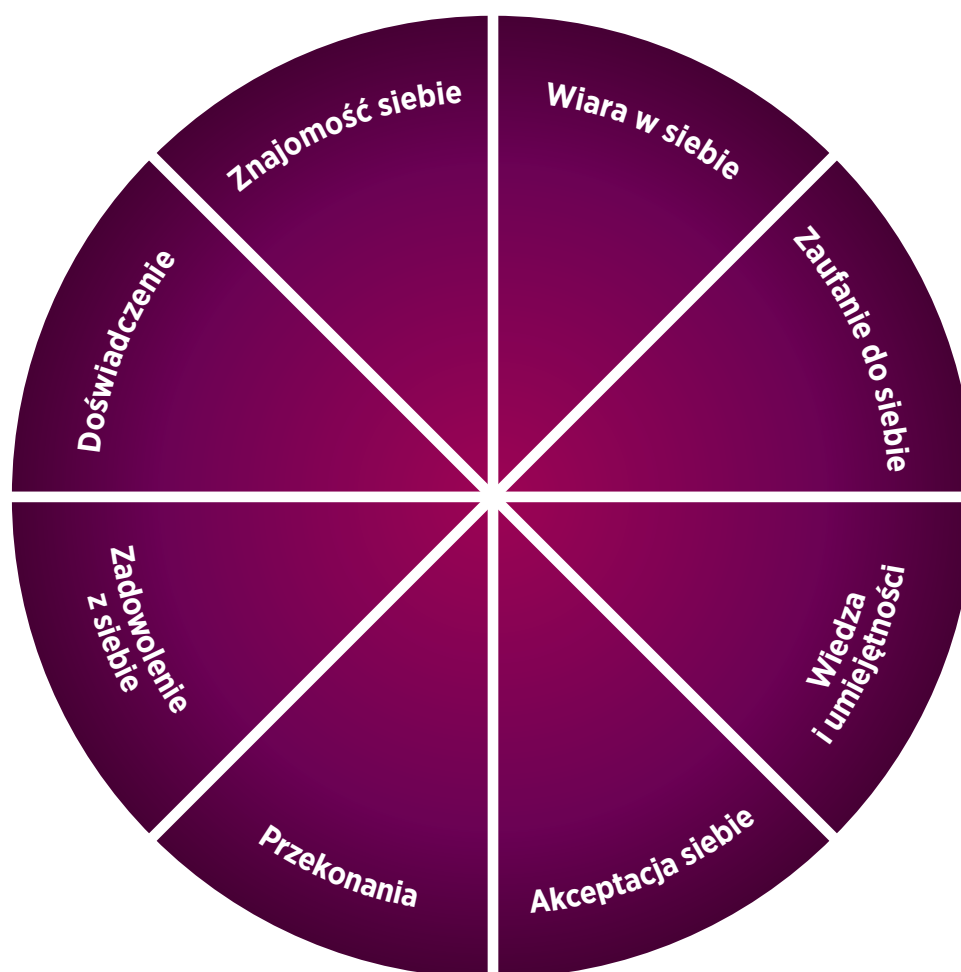


Wysłuchaj materiału filmowego. Na poniższym kole zaznacz dla każdego z elementów pewności siebie na ile czujesz się zadowolona z każdego z nich. Środek koła to 1 i oznacza, że nie jesteś zadowolona z danego obszaru, natomiast 10 oznacza, że masz pełnię satysfakcji.



SPÓJRZ NA SWOJE KOŁO PEWNOŚCI SIEBIE I ODPOWIEDZ NA PYTANIA

- Co mnie cieszy kiedy patrzę na swoje koło? Z czego jestem najbardziej zadowolona?
- Które obszary mojej pewności siebie są już silne i będą mnie wspierać w dalszym w budowaniu pewności siebie?
- Które obszary wymagają inwestycji, aby koło było pełniejsze?
- Inwestycja, w który obszar sprawi, że pozostałe obszary także się wzmocnią?
- Co możesz zrobić, by wzmocnić obszary, które wymagają inwestycji?