

Materiál

OBLAST: Osobnost

VYTVORTE SI A UDRŽUJTE POZITIVNÍ VLASTNÍ IMAGE

“Mé nejlepší já”

Ved'te rozhovor s 10-20 lidmi ve vašem životě a práci nebo škole. Zeptejte se každého z nich: "Řekni mi o době, kdy jsem byl mým nejlepším já." Nechte je, aby vám vyprávěli příběh o tomto okamžiku. Pište si poznámky o tom, co říkali. Poté, co jste jich získali 10-20, přečtete si je a hledejte opakující se vzorce. Která z kompetencí emocionální a sociální inteligence se v mnoha z nich objeví a mohli byste ji považovat za silnou stránku? Využijte výsledky této akční učící úlohy pro určení vašeho skutečného Já, jak vás ostatní zažívají.