

S

O

S

Y

A

L

B

E

C

E

R

i

L

E

R



BU AYIN SOSYALBECERİSİ

ÖZ FARKINDALIK



Güçlü ve geliştirilmesi gereken farkın dayım. Sınırlarım farkındayım. Kendini geliştirmek için çalışıyorum.



Gelişim, inişleri ve çıkışları olan uzun bir yol. Bu yolda kendi potansiyelimi ortaya koyarak kendime güvenerek ve inanarak ilerliyorum.



Kendi duygularımın farkındayım. Zorlandığım duygularda yardım alırım.



Durumlar ve olaylar hakkında düşüncelerimin farkındayım ve rahatlıkla paylaşabilirim. Düşüncelerim beni mutsuz hissettiriyorsa yardım alırım.