

Element IV Wartość

W programie kursu m.in.:

- **dowiesz się czym jest proces oceniania innych** oraz jaki wpływ wywiera na poczucie własnej wartości i pewności siebie
- **dowiesz się jaki wpływ na Twoją samoocenę ma opinia innych**
- zdobędziesz **wiedzę na temat różnicy pomiędzy szacunkiem a godnością**, co pozwoli Ci zdiagnozować Twój szacunek do samego siebie oraz jego wpływ na Twoje funkcjonowanie i podejmowanie decyzji
- przekonasz się, że **asertywność jest cechą, która pomaga wypracować szacunek do samego siebie**, szanując przy tym osoby z Twojego otoczenia
- **zdiagnozujesz swoje cechy wewnętrzne** i określisz ich subiektywne natężenie
- **zgłębisz tajemnice osobowości** i jej znaczenia w codziennym życiu.