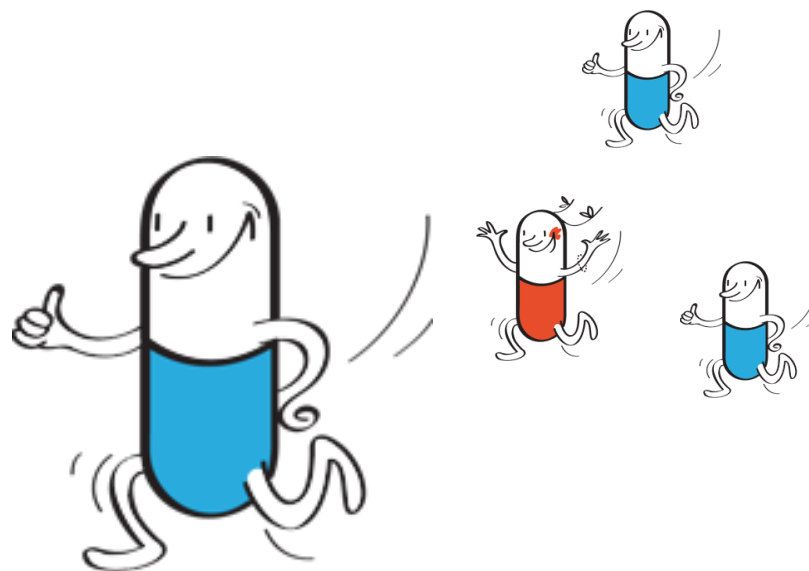


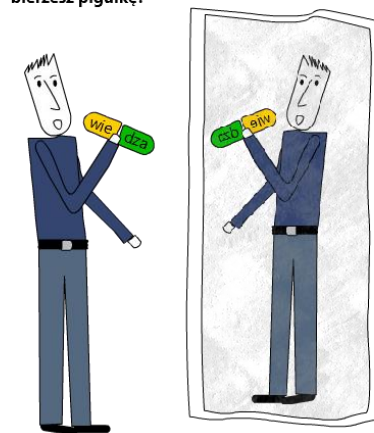
Nieustannie rozwijamy się,
by móc rozwijać innych...

Pigułka wiedzy, wiedza w pigułce...



Co inni myślą o Tobie?

Kto kontroluje w jaki sposób
bierzesz pigułkę?



Chciałabym łatwiej
nawiązywać relacje w nowym
miejscu, z nowymi ludźmi...



Ale zawsze się martwię, że
coś pójdzie nie tak i nowa
osoba mnie nie polubi



1

2

a tymczasem:

Obawiam się, że nie
zrobiłem dobrego
wrażenia



Myśli, że NIE
jestem fajna



3

Gdy ludzie rozmawiają ze sobą po raz pierwszy, są tak skoncentrowani na sobie, żeby nic nie zepsuć,

że trudniej rozpoznają emocje rozmówcy...



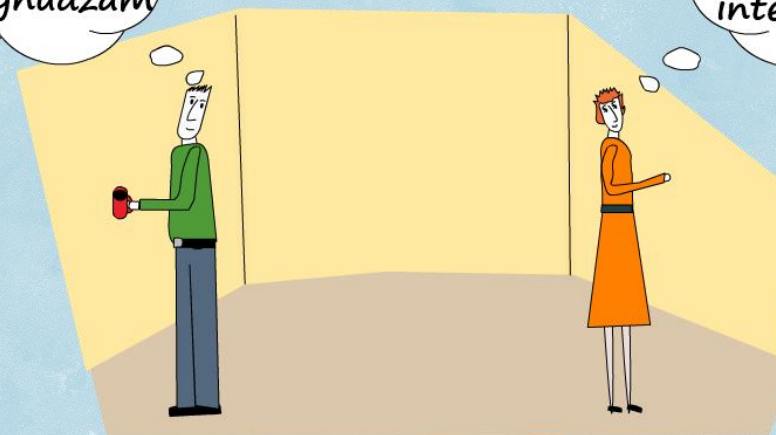
1

I kiedy później rozmyślają o spotkaniu, raczej "wkładają w głowę rozmówcy", własne krytyczne myśli.



Ona pewnie sądzi o mnie, że przynudzam

On pewnie uważa, że jestem mało interesująca



2

Jak widać, katalog negatywnych myśli mamy zarezerwowany dla SIEBIE



1

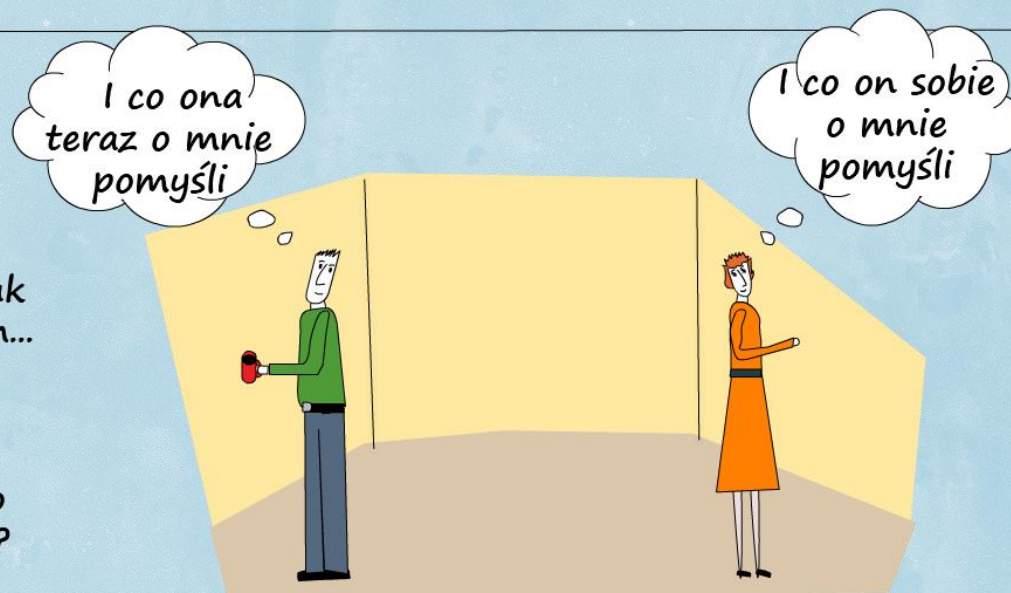
A co myślą o Tobie?



No cóż, może się okazać, że o Tobie nie myślą.

A jeśli już, to myślą o tym jak ONI wypadli w Twoich oczach...

Więc... może warto martwić się mniej?



2



dobry trener

Chcesz powiedzieć, że pigutka Ci się podobała?

Masz pytanie?

Napisz:
kontakt@dobrytrener.pl

A może chcesz powiedzieć, że pigutka Ci się bardzo podobała?



Łap pigułkę....

