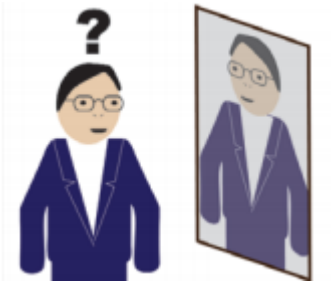
Budowanie relacji z innymi zacznij od poznania siebie



Jeśli chcesz zbudować trwałą i dobrą relację z drugim człowiekiem, powinieneś najpierw dobrze poznać siebie. Dobra relacja to taka, która daje dużo radości. Warto, żebyś wiedział co chcesz. Warto, żebyś wiedział co lubisz. Warto, żebyś wiedział czego potrzebujesz.



Spróbuj odpowiedzieć na takie pytania:

1. Czy myślisz o sobie w pozytywny sposób?

2. Czy lubisz siebie?

3. Czy wiesz, że jesteś wartościowym człowiekiem?

4. Czy wiesz, że masz takie same prawa i potrzeby jak każdy inny człowiek?

5. Czy korzystasz ze swoich praw?

6. Czy wiesz jakie to prawa?

7. Czy wiesz, że każdemu człowiekowi należy się szacunek?



Zapisz odpowiedzi na kartce. Sprawdź na ile pytań odpowiedziałeś TAK.



Ważne jest, żebyś potrafił odpowiedzieć na te pytania. Jeśli masz dużo odpowiedzi TAK to oznacza, że jesteś dorosły i możesz o sobie decydować.



Ty decydujesz z kim chcesz się kolegować, a z kim nie chcesz. Możesz unikać osób, które Cię obrażają. Możesz unikać osób, które Cię krzywdzą. W ten sposób chronisz siebie.



Pamiętaj! Nie z każdym musisz się kolegować lub przyjaźnić. Każdego powinieneś szanować.