**2.1. ĆWICZENIE PRAKTYCZNE**

**Mogę i potrafię**

**Cel.** Wzmocnienie pozytywnego obrazu samego siebie.

**Co należy zrobić?**

Sporządź listę 30 swoich mocnych stron i umiejętności, rozwijając te stwierdzenia:

MOGĘ.....

MOGĘ......

.....

**Uwaga**: Wpisuj tylko pozytywne cechy i zaleca się zastąpienie opisów takich jak "uparty" na "wytrwały", "gniewnie wymagający" itp.

**Pomyśl o tym**:

* Czego dowiedziałeś się o sobie podczas tego ćwiczenia?*

* Jakimi przykładami z życia wziętymi możesz poprzeć swoje mocne strony?*

* W jaki sposób te umiejętnościmogą i cechy pomóc w osiągnięciu celów zawodowych?*