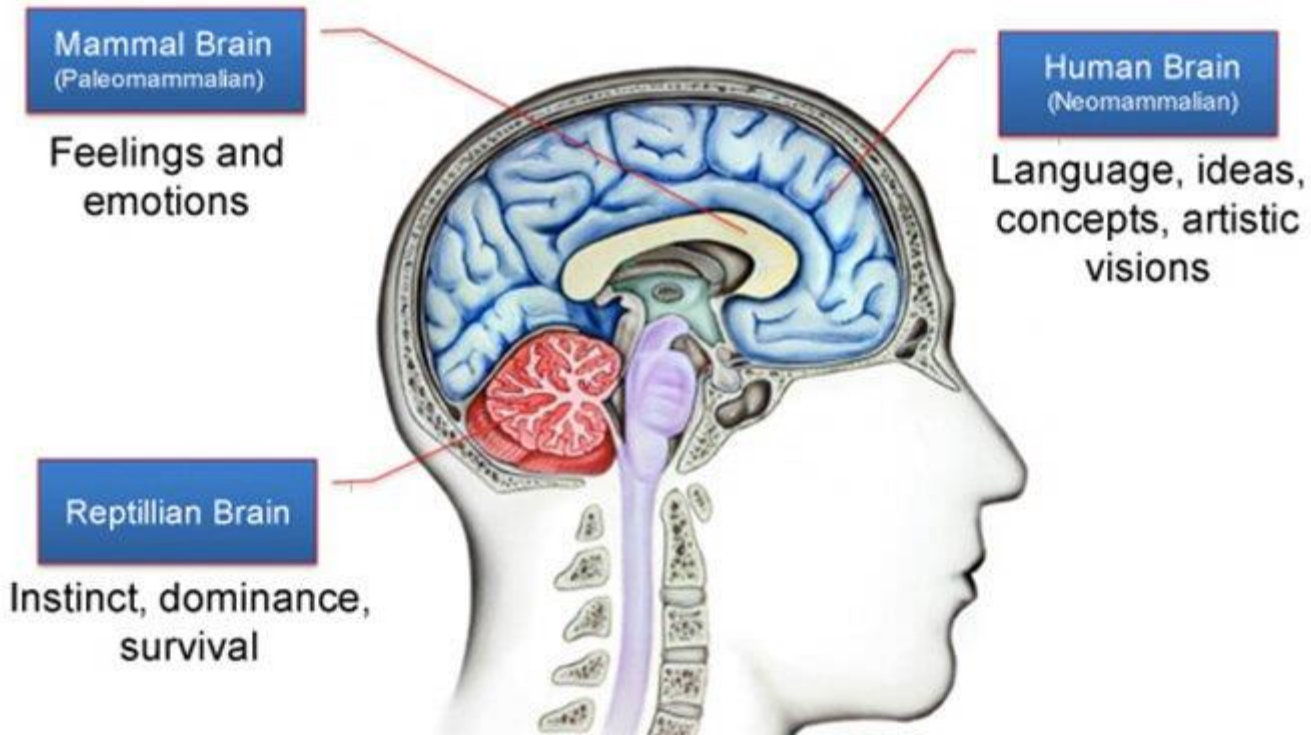


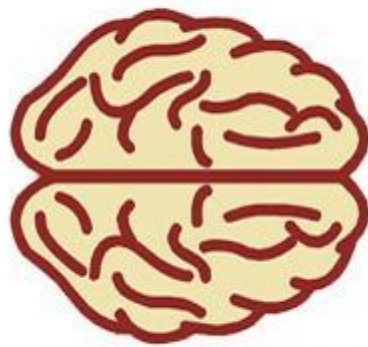
**AR TIKRAI PASITIKĖJIMAS SAVIMI –
TIKRASIS KELIAS Į LAIMINGESNĮ
GYVENIMĄ?**



Edita Mikalauskiene







PLEASURE



PAIN





Gebėjimai nulemti

- Tiki, kad kokie yra, tokiais liks visada.
- Vengia iššūkių.
- Susidūrę su nesėkme pasiduoda.
- Nelinę dėti pastangų, nes jos atrodo neveiksmingos.

Gebėjimai vystomi

- Tiki, kad galima keistis – to siekia.
- Priima iššūkius kaip galimybę tobulėti.
- Patyrę nesėkmę, bando toliau.
- Pastangas mato kaip vienintelę galimybę augti.





PRISIMINKIME:

- Visi patiria baimę, nerimą, tik vieni vis tiek veikia, kiti atsitraukia.
- Smegenys siekia malonumo, vengia diskomforto, saugo nuo grėsmės ir išdidina riziką.
- Sprendimas keistis = atsakomybės prisiėmimas = užsakymas smegenims.
- Gebėjimai yra vystomi.
- Smegenys vengimą priima kaip pavojaus patvirtinimą.
- Tikslų turėjimas padeda apeiti smegenų triukus ir siekti, ko norime.

