



הנבחרות

מפגש 5: מנהיגות עצמית ואחריות



שיתופים ותובנות

הקשבה



סרטון המדרגות הנעות



אני אחראית על...



1. מה שאני חושבת

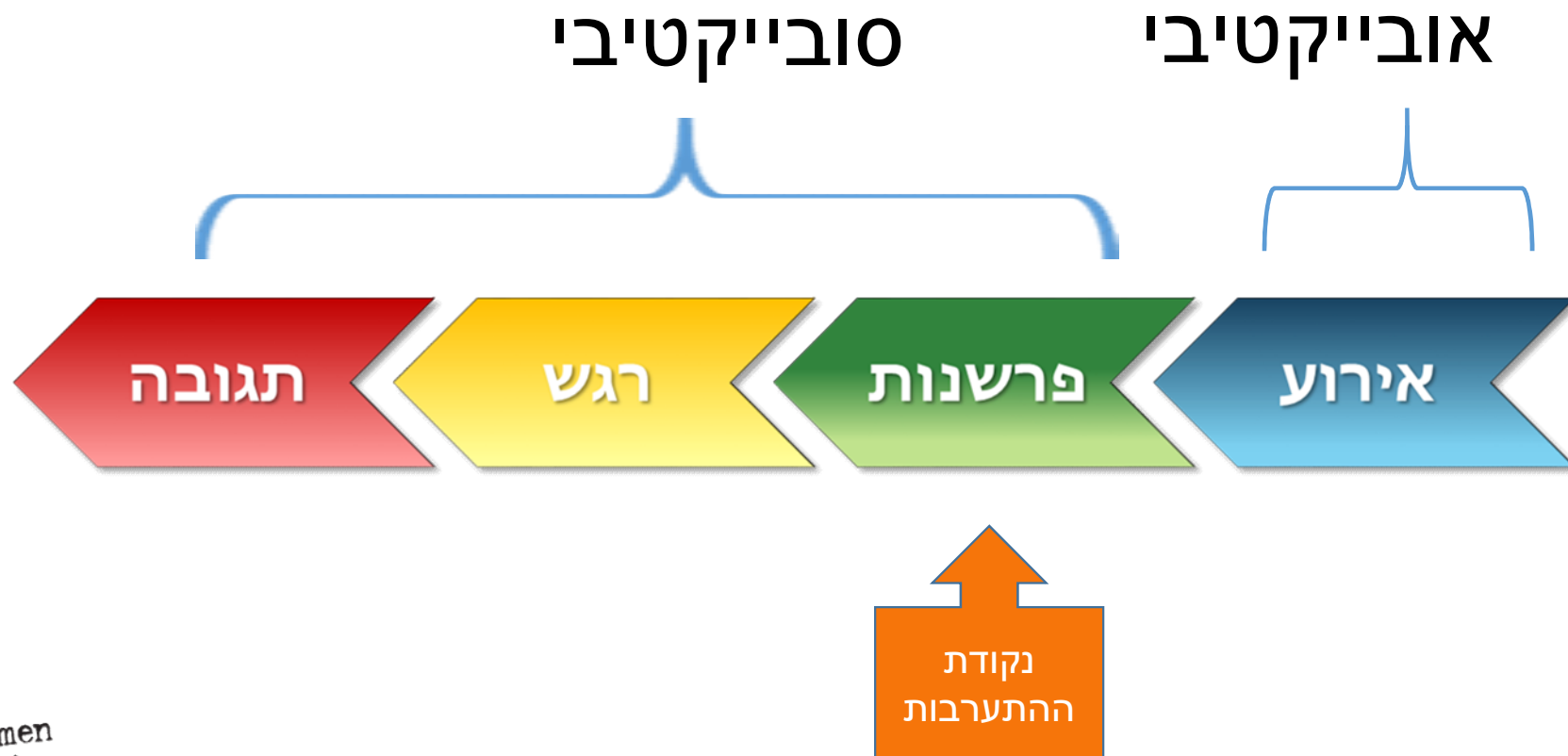




2. מה שאני מרגישה



מודל אפר"ת



3. איך שאני תופסת את העולם



"כשאתם משנים את דרך
ההסתכלות על דברים, הדברים
שאתם מסתכלים עליהם משתנים"

מקס פלאנק



הנחת יסוד:

בכל מצב נתון יש
לפחות 3 אפשרויות
בחירה



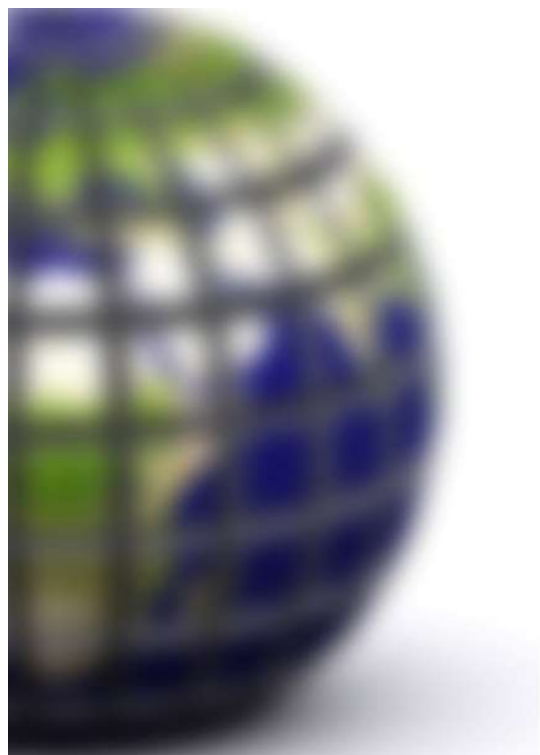
4. מערכות היחסים שלי



הנחת יסוד:

האדם בעל
הגמישות הרבה
יותר ישלוח
במערכת היחסים





5. התפקיד של בחברה





6. הסביבה המיידיית שלי



7.מה שאני אומרת



8. הגוף שלי

תרגיל:

1. איפה אני לא לוקחת אחריות על החיים שלי?
2. מה המשמעות של אי לקיחת אחריות בתחום הזה?
3. מה הרווח שלי מאי לקיחת אחריות בתחום הזה?
4. מה המחיר שאני משלמת על אי לקיחת אחריות בתחום הזה?
5. איך יראה התחום אם אקח עליו אחריות?
6. מה מונע ממני לקחת אחריות על תחום זה?

תרגיל:

7 מהן שלוש פעולות שאני יכולה לעשות כדי
לקחת אחריות בתחום זה?

קפה דילמה



הוקרה



סיכום

מהו דבר אחד שאני לוקחת מהמפגש?