

19.11.2020

Rewalidacja PP

Bajka terapeutyczna – odkrywanie talentów



Pierwszym krokiem w kierunku odkrycia talentu jest niewątpliwie wiara w to, że talent ma każdy z nas tylko nie każdy zdążył go odkryć. Raz na zawsze trzeba pozbyć się stereotypowych przekonań i bliżej przyjrzeć się sobie

Skup się na swoich mocnych stronach. Niektóre z nich będą dla ciebie łatwe do zauważenia, inne może trochę mniej. Dlatego też przy odkrywaniu swoich mocnych stron możesz poprosić o pomoc znajomych lub rodzinę. Dzięki temu nieco z dystansem będziesz w stanie spojrzeć na własne możliwości, a często odkryjesz swoje predyspozycje, których do tej pory nie dostrzegałeś.

Eksperymentuj i bierz przykład z innych. Wiele talentów pozostaje w ukryciu, aż do momentu pierwszego spróbowania wykonania danej czynności. Przykładowo jeśli nigdy do tej pory nie grałeś na wiolonczeli, albo jakimkolwiek innym instrumencie to trudno będzie ci stwierdzić czy masz do tego talent. Zawsze staraj się więc próbować rzeczy nowych, bez obaw, że coś nie pójdzie po twojej myśli. Nowe doświadczenia zawsze są cenne, a mogą stać się drogą do odkrycia w sobie niecodziennych predyspozycji. Szczególnie warto być próbował nowych czynności, na które od dawna masz ochotę. Może fascynują cię dalekie podróże albo osoby przemawiające na scenie? Weź z nich przykład i także spróbuj.

Zapraszam Was dzisiaj do posłuchania bajki

Okrywajcie ...poszukujecie własnych talentów

<https://drive.google.com/file/d/15qPoNAioynHgN6lpdWb4nd1bjRdfUwID/view?usp=drivesk>

Miłego dnia

Smutek Agata