

Inspirujące Spotkanie z Anną Andrzejewską: Sport, szacunek i akceptacja siebie

Podczas dwugodzinnego spotkania, w którym uczestniczyli uczniowie Technikum Mechaniczno - Elektrycznego, nasza młodzież miała okazję wysłuchać niezwykle inspirującego wykładu.

Pani Andrzejewska poruszyła wiele ważnych tematów:

Znaczenie sportu i wychowania - podkreśliła, jak sport i odpowiednie wychowanie kształtują nas jako ludzi.

Budowanie szacunku - zwróciła uwagę na to, jak ważne jest zaczynanie od szacunku do samego siebie, aby móc szanować innych.

Nauka na błędach - zachęcała uczniów do wyciągania wniosków ze swoich błędów, zamiast robić wszystko na pokaz.

Dążenie do celów - motywowała do wyznaczania i realizowania celów, podkreślając, że wszystko zaczyna się w naszej głowie.

Samopoczucie i akceptacja siebie - Pani Andrzejewska mówiła o znaczeniu akceptacji siebie i dobrego samopoczucia we własnym ciele.

Konstruktywna krytyka - uczyła, jak ważne jest wyrażanie opinii bez krytykowania i wyśmiewania innych.

Sposoby wychodzenia z depresji - podzieliła się sposobami na radzenie sobie z trudnościami, otaczaniem się pozytywnymi ludźmi.

Zrozumienie sukcesu i porażki - wyjaśniła, jak przekształcać porażki w sukcesy poprzez ciężką pracę.

Harmonia w życiu - Pani Andrzejewska dała praktyczne wskazówki, jak osiągnąć harmonię, np. porządek w pokoju jako początek porządku w życiu.

Realizacja marzeń - zachęcała, by nie odkładać marzeń na później i wierzyć w możliwość ich realizacji.

Nasza młodzież była zafascynowana, aktywnie uczestniczyła w dyskusji i zadawała wiele pytań.

Dziękujemy pani Annie Andrzejewskiej za niezwykle wartościowe i motywujące spotkanie!