

OTOKONTROL

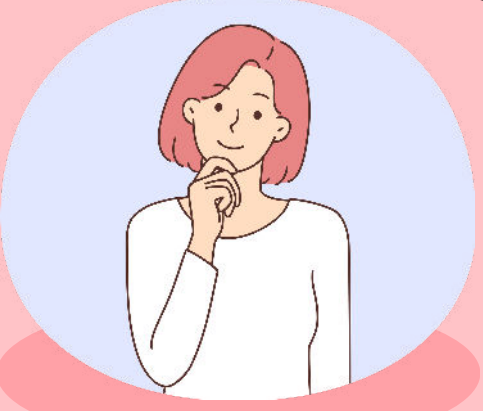
Kiřinin duyguları ve davranışları
üzerinde kontrol sağlayabilmesi,
amacına ulaşabilmek için yollar
belirlemesi ve bu amaç için
davranışlarını düzenleyebilmesi olarak
tanımlayabiliriz.



Otokontrol Sahibi Bireylerin Özellikleri

01

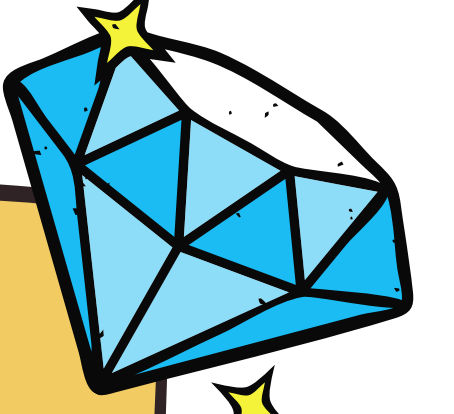
Kendisiyle
ilgili karar
alabilir



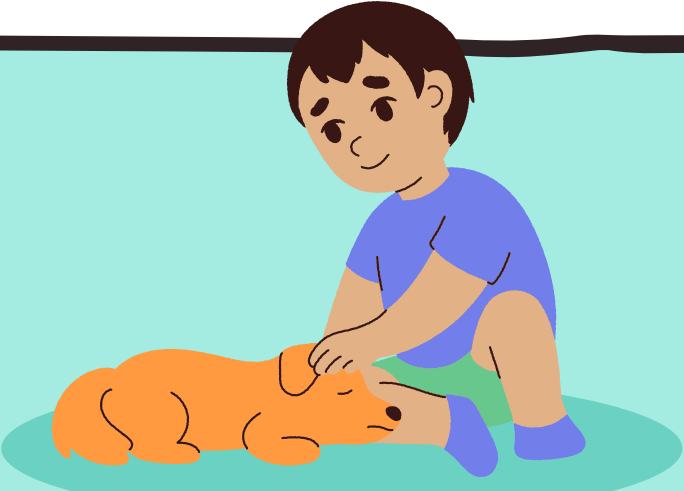
02



Diğer kişilerle
daha sağlıklı
iletişim kurabilir



03



Sorumluluk
alabilir

04



Daha
başarılı
olabilir

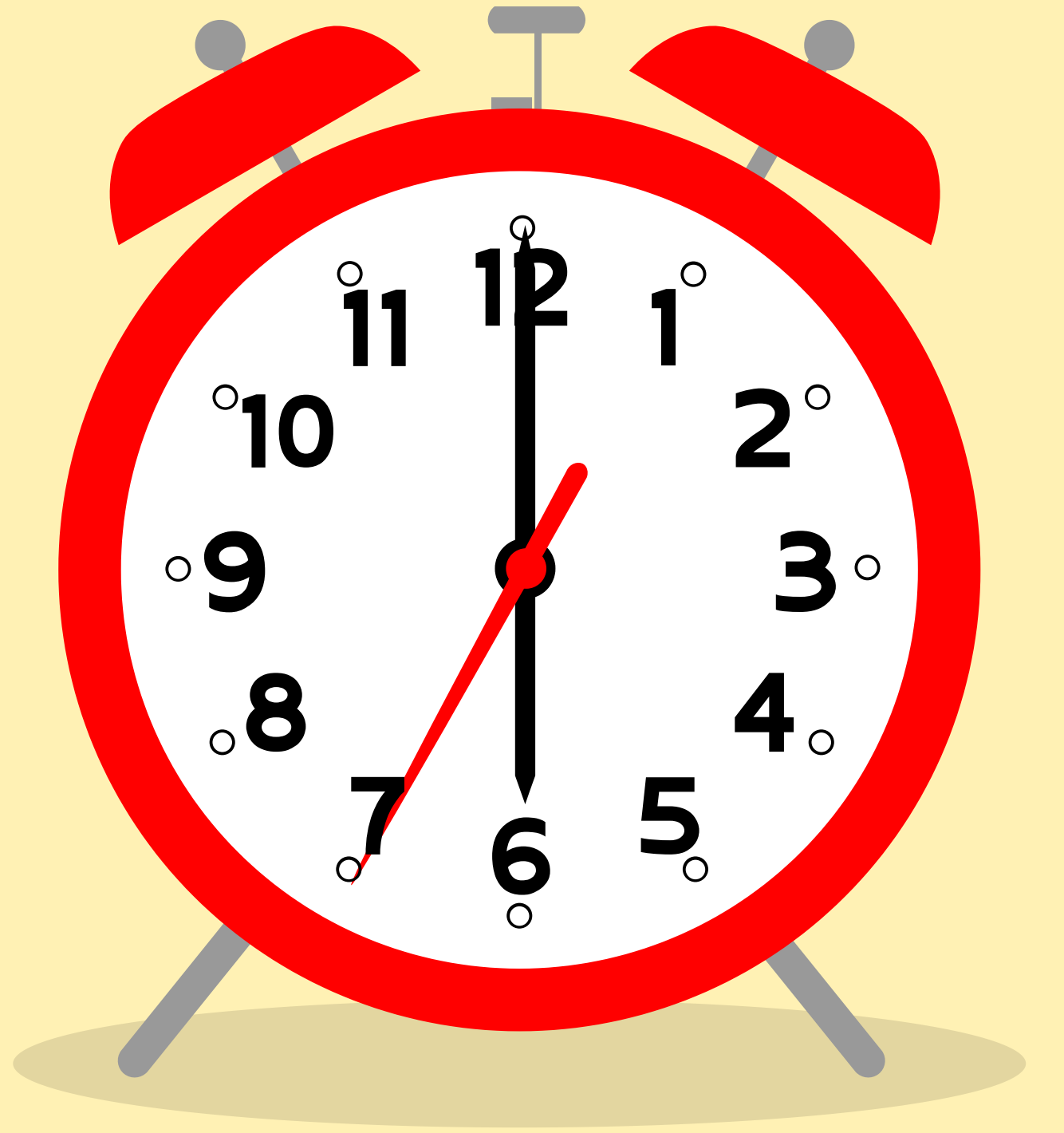
05 Zamanını
verimli
kullanabilir



Diğer insanları
anlayabilir



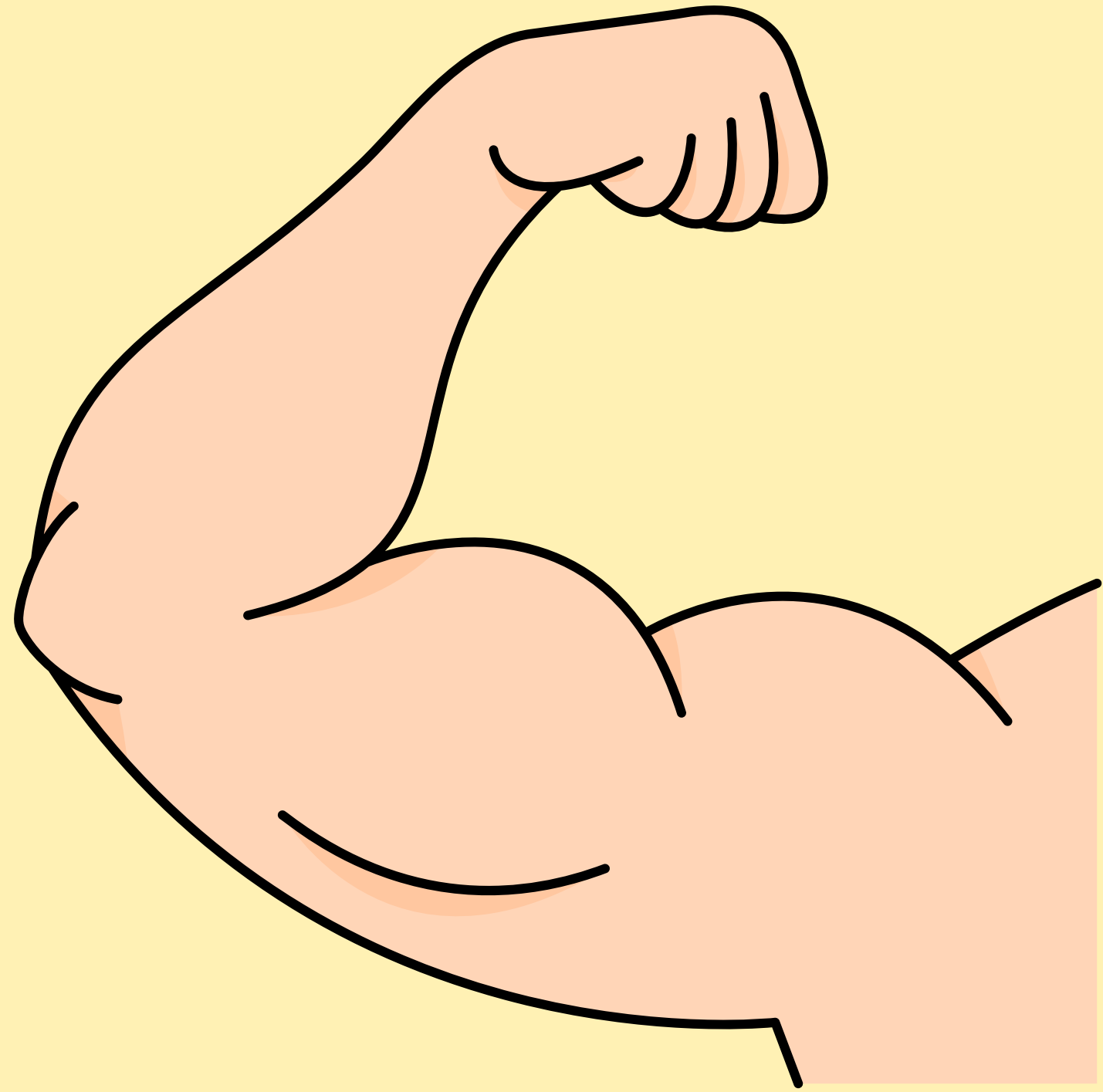
Zamanınızı planlayın



Hedefler belirleyin



**Zorluklar karşısında
cesur olun**

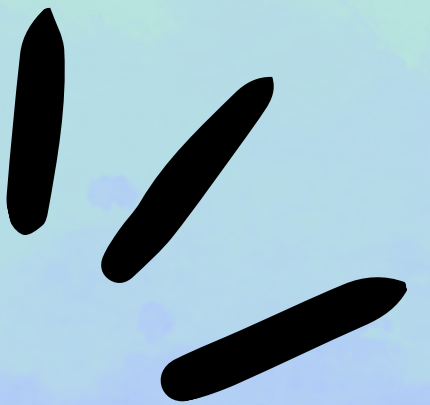


Kendinize güvenin



**Başarılarınızı takdir
edin**





**Tüm bunlar için
Rehberlik
Servisinizden destek
alabilirsiniz :)**

