

Dzień Kobiet w bibliotece

Dzień Kobiet to piękne święto, a my mamy na tę okoliczność wspaniałą propozycję dla pań. O poczuciu wartości i jego wzmacnianiu porozmawiamy już 8 marca o godz. 18:00 z Sylwią Lewczuk, która jest pasjonatką psychologii i rozwijania świadomości. Praca z ludźmi jest dla niej niezwykle fascynująca, a impulsem do wyboru takiego kierunku była ciekawość świata i ludzi.

Poczucie własnej wartości jest jedną z najważniejszych przestrzeni życiowych człowieka. Jest drogą do wewnętrznej harmonii i poczucia dobrostanu. To poczucie własnej wartości wyraża się myśleniu o sobie i innych. Jest szacunkiem do siebie, zaufaniem i wiarą w siebie. Jest postawą pełną akceptacji swoich zasobów i deficytów bez nadmiernego samokrytycyzmu.

Jako, że Sylwia Lewczuk jest wielką miłośniczką czytania książek, na spotkaniu omówi kilka z nich, które mogą bardzo pomóc w procesie rozwijania i umacniania swojego własnego poczucia wartości.