



Když čtu rozvojovou knihu, mám ve zvyku si dělat výpisky toho nejdůležitějšího, na co se chci v praxi zaměřit. Někdy se mi v běžné rozvojové knize stane, že mám pocit, že těch výpisků je již moc, a tak to nakonec vzdám a jen v knize zaškrťávám pasáže. Někdy vzdám i to. Nicméně toto není případ této knihy.

V rámci čtení jsem si potvrdil to, co jsem si o hledání smysluplnosti myslel již dříve, takže jsem blíže k tomu, zapracovat na tom, jak najít to, co mi dává smysl. Trochu mě mrzelo to, že byly odsouzeny PC hry, ale respektuji v knize tento názor.

Rád bych se více dozvěděl o možnostech sebeprosazení, mám pocit, že toho již bylo napsáno mnoho, včetně technik, ale nikdy to na mě z nějakého důvodu nemělo vliv.

Get2KnowMe může mít podle mě výborný vliv na to, najít své hodnoty a začít podle nich žít. Těším se na to, až si hru budu moci pořádně zahrát.

V rámci sebeaktualizace jsem se mnohokrát v jednotlivých větech identifikoval a došlo mi spoustu věcí ohledně toho, jak se chovám. Pocházím z dobré rodiny, ale moje sebevědomí a sebepřijetí stejně není na moc vysoké úrovni...nevím proč. Vlastní odpovědnost se mi již do určité míry daří přijmout, stejně tak kontrolovat vědomou přítomnost.

Když to shrnu, tak na některé body v knize jsem již narazil při svém studiu sebezlepšování (nemám rád slova osobní rozvoj a vystoupení z komfortní zóny – stále mám na čem pracovat), nicméně hlavně ty projevy nezdravé identity mě zaujaly a uvědomil jsem si, že na tom musím zapracovat.

Rád bych ale věděl, jak mohu ovlivnit a pracovat na sebedůvěře, sebevědomí, sebepřijetí a přijetí vlastní odpovědnosti, protože na ostatní body zde určité odpovědi jsou.

