



התשובה היא שיש להבחין בין מודעות עצמית לבין אחריות. מודעות עצמית היא היכולת להכיר את עצמי, את רגשותי, את מחשבותי ואת צרכי. אחריות היא היכולת להכיר את אחריותי כלפי אחרים, לנהל את אחריותי ולקבל על עצמי את תוצאות מעשי.

אחד המאפיינים של מודעות עצמית היא היכולת להכיר את רגשותי ולקבל עליהם אחריות. לדוגמה, אם אני מרגיש כועס, במקום לומר "אני כועס בגללך", אומר "אני מרגיש כועס בגלל צרכי". זה מאפשר לי להנהל את רגשותי ולא להיגרר בהם. אחריות היא היכולת להכיר את אחריותי כלפי אחרים, לנהל את אחריותי ולקבל על עצמי את תוצאות מעשי. לדוגמה, אם אני מרגיש שאני אחראי למישהו, במקום לומר "אני לא אחראי", אומר "אני אחראי למישהו בגלל מעשי". זה מאפשר לי להנהל את אחריותי ולא להיגרר בה.

**תשובות לשאלות**

שאלה: מהי ההבדל בין מודעות עצמית לבין אחריות?  
תשובה: מודעות עצמית היא היכולת להכיר את עצמי, את רגשותי, את מחשבותי ואת צרכי. אחריות היא היכולת להכיר את אחריותי כלפי אחרים, לנהל את אחריותי ולקבל על עצמי את תוצאות מעשי.

שאלה: כיצד אפשר להתפתח מבחינת מודעות עצמית ואחריות?  
תשובה: כדי להתפתח מבחינת מודעות עצמית ואחריות, חשוב להתחיל להכיר את עצמי, את רגשותי, את מחשבותי ואת צרכי. זה אפשרי על ידי התבוננות פנימית, יומן, ושיחה עם אדם אחר. בנוסף, חשוב להכיר את אחריותי כלפי אחרים, לנהל את אחריותי ולקבל על עצמי את תוצאות מעשי. זה אפשרי על ידי קבלת אחריות על מעשי, התחייבות, והקבלה על עצמי את תוצאות מעשי.

[?] . Kala'an& other

[?] .Atchinson&Leffers

התשובה היא שיש להבחין בין מודעות עצמית לבין אחריות (????)

שאלה: מהי ההבדל בין מודעות עצמית לבין אחריות (????)

תשובה: מודעות עצמית היא היכולת להכיר את עצמי, את רגשותי, את מחשבותי ואת צרכי (????)

כיצד אפשר להתפתח מבחינת מודעות עצמית ואחריות (????)

This entry was posted on Thursday, June 30th, 2022 at 10:06 am and is filed under ?????? ??????, ?????? ? ???????? You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.