

GÜÇ SENİN ELİNDE: OTOKONTROL

**DUYGULARINI, DAVRANIŞLARINI VE
SEÇİMLERİNİ SEN YÖNET**

**Düşün
Dur
Karar Ver!**

**Hayır
demeyi
öğren**

**Öfkeni
kelimelere değil,
çözüme
dönüştür**

**Sabret,
sonucu bekle
ve çözüme
dönüştür**

**Hedefine
odaklan,
dikkatini
dağıtanlardan
uzak dur!**



Gerçek Güç Başkalarını Değil, Kendini Yönetebilmektir.