PRACOVNÍ LISTY

VÁŠ PRŮVODCE SEBEPOZNÁNÍM A INSPIRACÍ

JAK LISTY VYUŽÍT?

- Zapisujte si všechny myšlenky, pocity a inspirace, které k vám přicházejí.
- Inspirace, které zachytíte, se ukotví a budou vás provázet při jejich realizaci.
- Postupně se vám odkryjí cesty, jak vaše vhledy a nápady uvést do reality.

TÝDEN 2: VNITŘNÍ PRAVDA

- Jaká je má vnitřní pravda?

- Kdy jsem naposledy potlačila svou pravdu a proč?

- Jak se cítím, když vyjadřuji svou pravdu?

- Napište dopis sami sobě, kde se upřímně podělíte o své myšlenky a pocity.

- Ke komu nejsem pravdivá? Ustoupím nebo pro klidmlčím…