КАК ДА ПРЕОДОЛЕЕТЕ ВСИЧКИ ПРЕЧКИ?

Въпроси за самонаблюдение и развитие



„Твърде много от нас не изживяват своите мечти,
защото изживяват своите страхове.“

- Лес Браун

СТРАХОВЕТЕ като учители

Кой е най-големият ви страх? (Ако веднъж сте го назовали, можете да направите нещо с него.)			
В живота	В работата	В личните взаимоотношения	За здравето

Кое е най-лошото, което може да се случи? (Опишете подробно от какво точно се страхувате.)			
В живота	В работата	В личните взаимоотношения	За здравето

© Фондация „Вътрешен компас“

Какви може да са ползите, ако се опита/направи (дори само частично)?

В живота	В работата	В личните взаимоотношения	За здравето

Каква е цената да не го опитате/направите? (например, какво ще загубите, няма да преживеете, ще пренебрегнете, ще се откажете от каква мечта.)

Разгледайте няколко плана: емоционалем, умствен, физически, финансов, духовен.

В живота	В работата	В личните взаимоотношения	За здравето

Какво научихте и/или осъзнахте за себе си от това упражнение?

© Фондация „Вътрешен компас“