

ONLINE KURZ ZÁKON PŘITAŽLIVOSTI

PRACOVNÍ LIST

Kouč Pavla Heřmanovská



Oceňujte a hledejte dobro

Vytvořte si seznam věcí, které milujete:

Jděte ven a hledejte to, co se vám líbí. Koukněte na internet, do časopisů, na TV a hledejte to, co se vám líbí a co vám přináší dobrý pocit.

Co miluji a oceňuji ve svém životě?

Co miluji a oceňuji na lidech kolem mě?

Co miluji a oceňuji na své práci?

Co miluji a oceňuji na sobě?

**Co obdivuji a oceňuji na člověku, který mě momentálně
nejvíce štve?**

Co je pozitivního na problému, který právě teď řeším?

Jak bych to mohl/a změnit na něco dobrého?

Prostor pro váš vlastní náhled, reakce a uvědomění:

Co jste si díky této lekci uvědomili?

Gratuluji vám k dokončení pracovního listu. Jen tak dál!

2020 © Pavla Heřmanovská