

PĚTMINUTOVKY ZP/ ONLINE KLUB ZPP

PRACOVNÍ LIST

Kouč Pavla Heřmanovská



JAK SI PŘITÁHNOUT VYŠŠÍ SEBEVĚDOMÍ?

Představte si, že se ráno probudíte a najednou jste plní sebevědomí.

Odpovězte si na otázky:

Co přesně by se změnilo?

Jak byste se chovali?

Kdo z vaší rodiny by si toho všiml, že jste více sebevědomí? A jak by to poznal?

Kdo by byl nejvíc překvapený?

U které části těla by se to projevilo?

Jaké schopnosti a dovednosti byste více využívali?

Jaké vlastnosti byste více projevovali?

Co byste teď mohli udělat, aby se ten "zázrak" stal?

Prostor pro váš vlastní náhled, reakce a uvědomění:

Co jste si díky této lekci uvědomili? Čím pro vás byla přínosná?

Gratuluji vám k dokončení pracovního listu. Jen tak dál!

2021 © Pavla Heřmanovská