

ODVAHA KE ZMĚNĚ

Reflexní list

Na začátek

Jakou jednu oblast svého života nebo podnikání chci během dnešního workshopu posunout?

 _____

KROK 1

Ujasněte si směr

Jakou změnu si v příštích měsících nejvíce přeji zažít?

 _____

Jak se chci cítit, až tato změna nastane?

 _____

KROK 2

Začněte si více věřit

Kde si právě teď nejméně věřím?

 _____

Co bych udělala, kdybych si věřila o 10 % více?

 _____

KROK 3

Přestaňte ztrácet energii

Jaká myšlenka nebo obava mi dnes bere nejvíce energie?

 _____

Jaká jiná možnost nebo pohled by mohl být také pravdivý?

 _____

KROK 4

Mějte odvahu být sami sebou

V jaké oblasti života nejsem úplně sama sebou?

 _____

Co si potřebuji více dovolit?

 _____

KROK 5

Udělejte první krok

Jaký jeden konkrétní krok udělám během příštích 24 hodin?

 _____

Kdy přesně ho udělám?

 _____

Moje největší uvědomění

Co si z dnešního workshopu odnáším?



Závazek sami sobě

Po dnešním workshopu se rozhoduji:



Pamatujte:

Nemusíte znát celou cestu.

Stačí vidět další krok.

A mít odvahu ho udělat.

Pokud jste během workshopu zjistili, že se vás některé téma týká a nechcete v tom zůstat sami, Letní refresh je přesně prostor, kde se podíváme na vaši konkrétní situaci.

Co když právě teď stojíte na své další křižovatce?

Možná jste si během workshopu uvědomili něco důležitého.

Možná už víte, jaký krok potřebujete udělat.

A možná cítíte, že byste si některá témata potřebovali projít více do hloubky a podívat se na svou konkrétní situaci z většího nadhledu.

I to je v pořádku.

Někdy totiž jedna otázka otevře více témat, než jsme čekali.

A někdy jedna hodina kvalitního rozhovoru přinese více jasnosti než týdny přemýšlení o samotě.

Právě proto jsem na léto otevřela několik míst pro individuální konzultaci

Letní refresh

 60 minut prostoru jen pro vás

 větší jasno v tom, co právě řešíte

 nový pohled na vaši situaci

 koučink, mentoring a praktické vedení podle toho, co právě potřebujete

 online nebo osobně v Olomouci

Pokud cítíte, že je čas udělat další krok, ráda vás na této části cesty doprovodím.

 [Více informací a rezervace termínu zde>>](#)