

Önismereti teszt

Ez a kérdéssor segít jobban megérteni a jelenlegi helyzetedet, és rálátni azokra a pontokra, ahol változásra van szükséged. Olvasd el a kérdéseket, és írd le a gondolataidat, érzéseidet.

Kérdés Hogyan érzem magam a mindennapjaimban?

Kérdés Milyen gondolatok térnek vissza újra és újra, de nem találok rájuk megoldást?

Kérdés Milyen helyzetben érzem azt, hogy elakadok, vagy hogy ugyanazokat a köröket futom?

Kérdés Mennyire hallom meg a saját hangomat?

Önismereti teszt

Kérdés Ha most valaki teljesen együttérzően meghallgatna, mit mondanék el neki?

Kérdés Mire vágyom igazán, és mi tart vissza attól, hogy ezt megvalósítsam?

Kérdés Ha lenne egy támogató személy az életemben, akivel szintén beszélhetnék, miről szeretnék beszélni?

Ha szeretnéd ezeket a felismeréseket továbbvinni, és támogatást kapni a változáshoz, örömmel kísérlek az úton.

Lelked Ritmusa

Szeretettel,
Vigh Tünde Ditta E.V.
Életgyógyászat és ThetaHealing
lekedritmusa@gmail.com