Co Cię uszczęśliwia?

A. Stwórz listę 100 zagadnień, które Cię uszczęśliwiają TERAZ i uszczęśliwią w PRZYSZŁOŚCI. Nie spiesz się z tym – pisz z to co Ci przychodzi do głowy. Postaraj się wpisać maksymalnie dużo zagadnień. Nie rób dalszych ćwiczeń, dopóki nie napiszesz wszystkiego co chcesz osiągnąć. Spokojnie możesz to ćwiczenie robić kilka dni.

Lp	Opis zagadnienia, rzeczy, sprawy	Na razie zostaw tę kolumnę pustą
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		
21		
22		
23		
24		
25		

26		
27		
28		
29		
30		
31		
32		
33		
34		
35		
36		
37		
38		
39		
40		
41		
42		
43		
44		
45		
46		
47		
48		
49		
50		
51		
52		
53		
54		
55		
56		
57		
58		
59		

60		
61		
62		
63		
64		
65		
66		
67		
68		
69		
70		
71		
72		
73		
74		
75		
76		
77		
78		
79		
80		
81		
82		
83		
84		
85		
86		
87		
88		
89		
90		
91		
92		
93		

94		
95		
96		
97		
98		
99		
100		

B. W pustej kolumnie wpisz DLACZEGO wpisane zagadnienie Cię uszczęśliwi.

C. Które z tych zagadnień są naprawdę TWOJE, a które nie? Zaznacz swoje dowolnym kolorem.

D. Czy to co zostało przez Ciebie pokolorowane faktycznie da Ci błogostan psychiczny i stan spełnienia?

E. Przypisz pokolorowane zagadnienia do poszczególnych sfer swojego życia

- Rozwoju osobistego, pasji
- Rodzinnej
- Finansowej
- Zawodowej
- Innej ważnej dla Ciebie

–

Twój Idealny Cel Życiowy

Na podstawie poprzedniego ćwiczenia określ idealny CEL ŻYCIOWY dla każdej sfery swojego życia

Strefa	Cel życiowy
Rozwoju osobistego, pasji	
Rodzinna	
Finansowa	
Zawodowa	
Inne ważne dla Ciebie...	