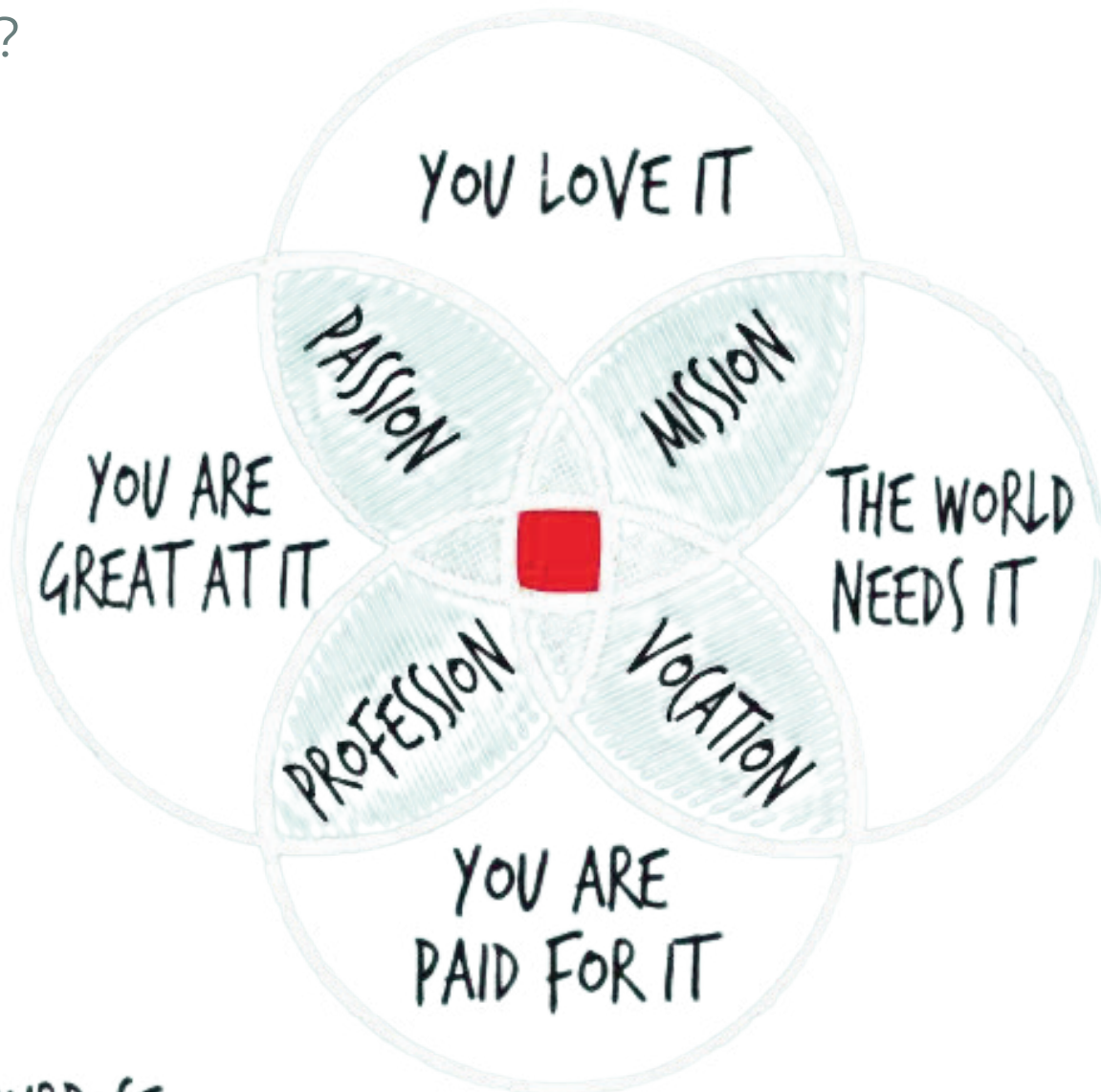


DEFINEȘTE-ȚI SCOPUL

Analizează diagrama Venn a scopului personal și vezi cât de aproape ești de punctul de intersecție care reprezintă scopul (pătratul roșu). Ce ți-a făcut plăcere să descoperi, unde mai ai de lucru?



 -PURPOSE

CELE 7 ÎNTREBĂRI

Aceste întrebări sunt definite de prof. Vic Strecher, profesor la Universitatea din Michigan, specializat pe health behavior și wellbeing. El are și un indiciu - ută-te în telefon și vezi ce predomină - foarte probabil vei găsi acolo zone de interes, priorități etc (poze cu copii, cu natura, aplicații de filme etc).

Fă-ți timp să te gândești la:

- Ce contează pentru tine?
- Cine se bazează pe tine?
- Cine te inspiră? Care sunt valorile pe care le admiri?
- De ce cauze îți pasă?
- Pentru ce ești recunoscător/ recunoscătoare?
- Ce te face să te ridici din pat dimineața?
- Cum vrei să își amintească prietenii de tine, când vei muri? Semnificația morții ne poate trezi revelații la care altfel nu am avea acces.

CELE 7 ÎNTREBĂRI

1/ Ce contează pentru tine?

CELE 7 ÎNTREBĂRI

2/ Cine se bazează pe tine?

CELE 7 ÎNTREBĂRI

3/ Cine te inspiră?

CELE 7 ÎNTREBĂRI

4/ De ce cauze îți pasă?

CELE 7 ÎNTREBĂRI

5/ Pentru ce ești recunoscător/
recunoscătoare?

CELE 7 ÎNTREBĂRI

6/ Ce te face să te ridici din pat dimineata?

CELE 7 ÎNTREBĂRI

7/ Cum vrei să își amintească
prietenii de tine?

SCOPUL MEU

Ce am unic, cum pot contribui în jurul meu, cum îmi pot manifesta stilul personal, ce mă împlinește, ce valori mă definesc

SCOPUL MEU

Care sunt principalii 3 pași / cele 3 direcții pe care să îi/ le urmez pentru a-mi atinge scopul

SCOPUL MEU

Care sunt 3 acțiuni pentru fiecare pas/
direcție pe care le pot pune în practică
imediat și ușor

SCOPUL MEU

alte gânduri
