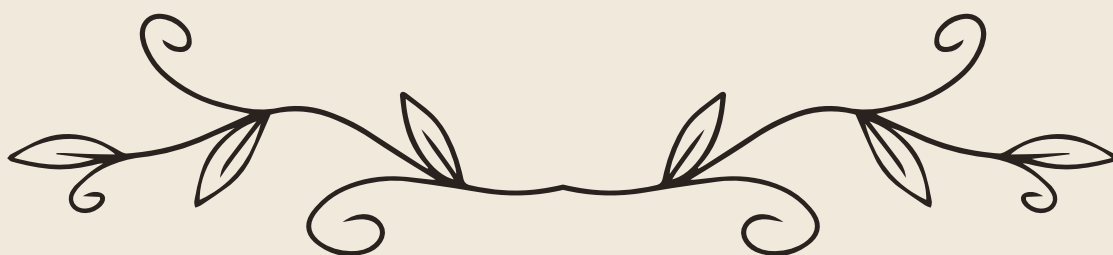




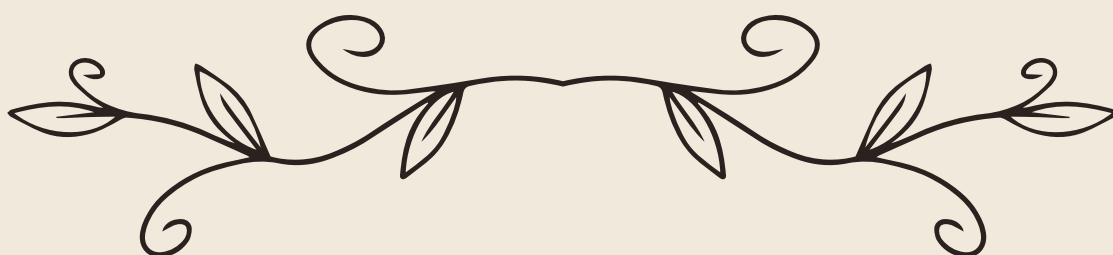
ÖNISMÉRÉTI MUNKAFÜZET



AHOL ÖSSZEÁLL AZ, AMI EDDIG
CSAK DARABOKBAN VOLT.



fogd kézbe ezt a füzetet úgy,
mint egy tükrot,
és egyben mint egy térképet.
Nem írja le az utat,
csak megmutat néhány ösvényt.
A többit te rajzolod meg.



TARTALOM



- 1. alkalom..... 1-5.
- 2. alkalom..... 6-8.
- 3. alkalom..... 9-14.
- 4. alkalom..... 15-18.
- 5. alkalom..... 19-20.
- 6. alkalom..... 21.
- 30 napos belső térkép

Ez a munkafüzet kizárólag a "6 alkalmas önismereti program - Belső nyomásból belső engedély" résztvevőinek készült.

Szerzői jogi védelem alatt áll, ezért másolása, terjesztése vagy bármilyen engedély nélküli felhasználása tilos és jogi következményeket von maga után.

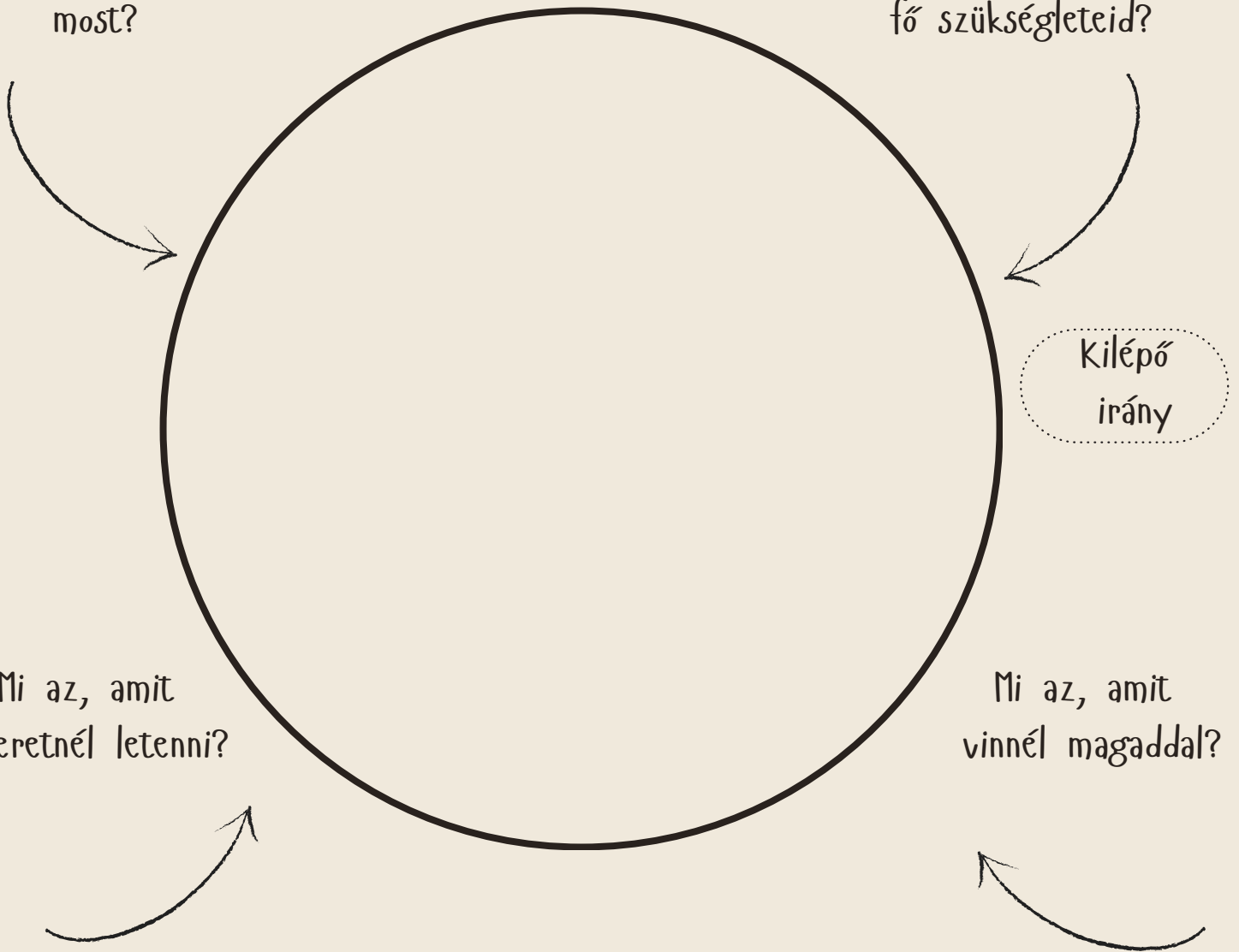
A feladatok a közös munka részeként válnak igazán érthetővé és megoldhatóvá, önmagukban nem helyettesítik a folyamatot.



INNEN INDULOK

Hol tartasz
most?

Mik most a
fő szükségleteid?



Kilépő
irány

Mi az, amit
szeretnél letenni?

Mi az, amit
vinnél magaddal?

ÁLLJ!

Ha ezt a kis jelzést látod a lap jobb sarkában, azt jelenti, hogy itt te jössz. Ez egy otthoni feladat - nem kötelező, de segíthet továbbvinni azt, amit elkezdtünk. Egy kis rész, amit két alkalom között érdemes átgondolni, válaszolni rá a saját tempódban.

Ez már a te belső munkád - én pedig ott leszek a következő alkalommal, hogy megnézzük, hova jutottál.



30 NAPOS BELSŐ TÉRKÉP

Ez a 30 napos önirányító térkép segít abban, hogy az eddigi konzultációkon elindított felismerések gyakorlattá váljanak.

Az első hetet közösen tervezzük meg a záró alkalmon

- ezzel tapasztalatot szerzel a saját tempódról, motivációidról, belső fókuszodról.

A további hetekben már önállóan haladsz, de mindig visszanyúlhatsz az előzőekhez, mint belső iránytűhöz.