



És most figyeld meg magad!

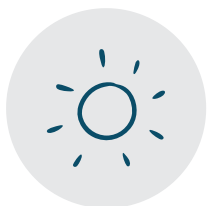
*Ez az útravalód a kezdő Enneagram
workshopról.*

Nem az a cél, hogy most mindent megérts.
Az a cél, hogy elkezdj észrevenni. ♡



A típusom nyomában

Ezt akkor is kitöltheted (sőt, még inkább ajánlom), ha nem találtál rá a típusodra a workshopon.



Amikor jól vagyok, hajlamos vagyok...



És amit leginkább szeretnék, az az, hogy...



Amikor feszültebb vagyok, elkezdek...



Leggyakrabban akkor kapcsol be az automatizmus, amikor..



Amit ebből mások valószínűleg látnak...



Ilyenkor valójában attól tartok, hogy...

7 nap önmagam nyomában

Minden nap csak egy dolog: rajtakapni magad. Nem ítélni, észrevenni!

Hétfő

Ma ezen kaptam rajta magam

Kedd

Ma ezen kaptam rajta magam

Szerda

Ma ezen kaptam rajta magam

Csütörtök

Ma ezen kaptam rajta magam

Péntek

Ma ezen kaptam rajta magam

Szombat

Ma ezen kaptam rajta magam

Vasárnap

Ma ezen kaptam rajta magam

Nem az a cél, hogy a hét végére „jobb” legyél a karakterednél.

Az a cél, hogy egy kicsit hamarabb vedd észre, amikor ő ül a volánnál.



Ha itt nem állnál meg...

Egy kezdő workshop után nem az van ám, hogy most már mindent tudsz magadról.

Inkább elkezdesz észrevenni dolgokat.

„Basszus, ezt tényleg mindig csinálom.”

„Ja, hogy ezért húz fel ennyire.”

„Eddig azt hittem, egyszerűen ilyen vagyok.”

És hát innen lesz igazán izgalmas a történet.



SZERETNÉM TOVÁBB FIGYELNI MAGAM

Önálló anyagok, inspirációk és gyakorlati útmutatók. —→



SZERETNÉM MÉLYEBBEN ÉRTENI A SAJÁT TÍPUSOMAT

Haladó csoportok és mélyítő alkalmak. —→



VAN VALAMI KONKRÉT, AMIVEL DOLGOZNÉK

Egyéni folyamatok támogatással. —→