

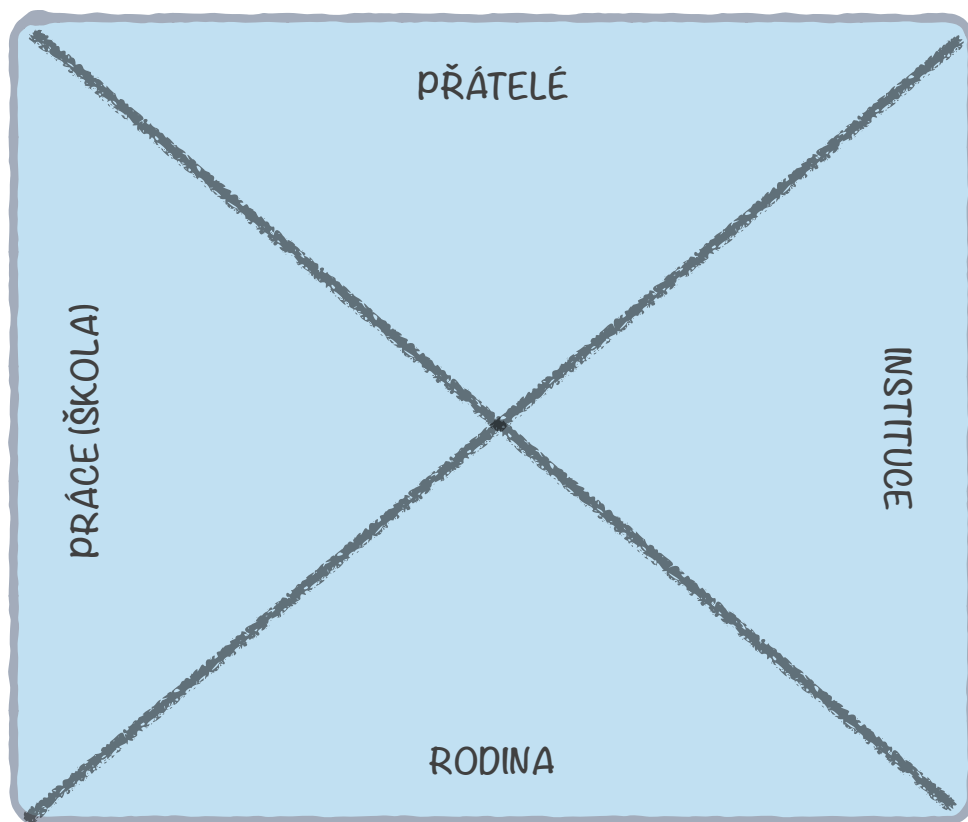


AUTENTICITA

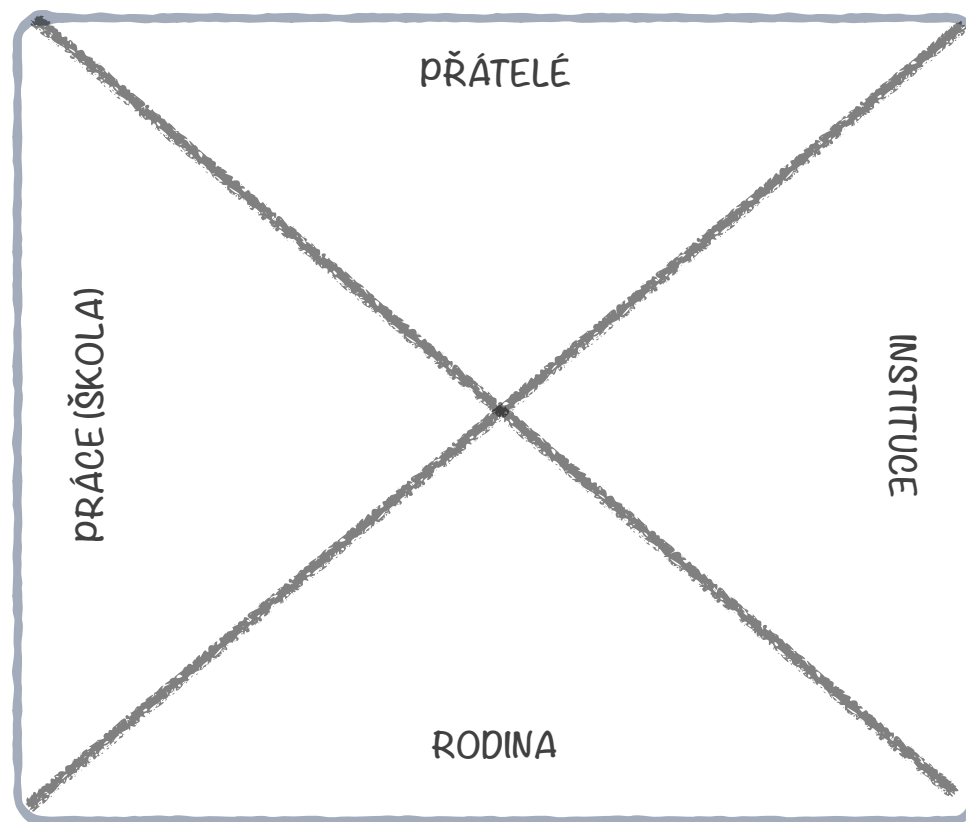
„Čím více se svého JÁ vzdávám, tím více se přibližuji k sobě.“

Marielu Lörlarová - autorka knih s duchovní tematikou

V kterých situacích si **dovolím** být autentický/á > sám/a sebou?



V kterých situacích si **nedovolím** být autentický/á a proč?





Průvodce:

1. Vyplň si situace, při kterých si dovolíš být autentický/á.
2. Vyplň si situace, při kterých nejsi autentický/á a proč.
3. Označ si jednu situaci z bodu 2. - kde nejsi autentický/á, ale chtěl/a bys být = chceš to změnit.
4. Zamysli se a napiš si sem, co ti to může přinést, když se situace změní = začneš být autentický/á.

5. Jaký první krok uděláš, aby se změna začala dít? A kdy se do toho pustíš?
