



מתקיעות להגשמה – השאלון שיעזור לכם לצמוח

הצטיידו בעט ובכמה דקות של שקט ושלווה. רשמו את התשובה הראשונה שעולה:

- ❖ מה היעוד שלך? מה היית רוצה להגשים?
- ❖ מה תוקע אותך בהגשמת היעוד שלך?
- ❖ מה מגביל אותך מלהגשים את עצמך? באיזה אופן זה מגביל אותך?
- ❖ האם ניסית להגשים את עצמך בעבר? תאר/י את החוויה ואת הקשיים שעלו
- ❖ האם יש תחום נוסף בו את/ה חש/ה חוסר סיפוק? אם כן, הרחב/י באיזה תחום ומדוע
- ❖ מהם החששות הכי גדולים שלך?
- ❖ עצום עיניים רגע: איזה זיכרון צרוב בך ומתקשר לחששות האלה?

שמרו את השאלון והתשובות. בוידאו הבא בסדרה "מתקיעות להגשמה" אסביר כיצד לאבחן באמצעות השאלון את שורש התקיעות. **בהצלחה**, עינת פרנבך בן אהרון.