

posviť si
na důležité rozhodnutí



*Posviť si na cestu vpřed tím,
že si ji promyslíš.
Všechny odpovědi máš v sobě.
Stačí si naslouchat.*

*Připrav si dobré pití a klid.
Nespěchej. Najdi si na sebe
alespoň 2 hodiny času.
Neboj se přestat a dát si pauzu.
Rozlož si přemýšlení klidně
do více dní.*

*Přeskakuj, škrtej, vyhazuj.
Žádná odpověď není špatná.*

Hledáš nějakou konkrétní odpověď?
Nebo přicházíš s obecnější zakázkou?
Máš-li jakákoliv očekávání, odlož si je sem,
ať se ti při hledání neztratí z dohledu.





Jak by ses rozhodl, kdyby ses nebál?

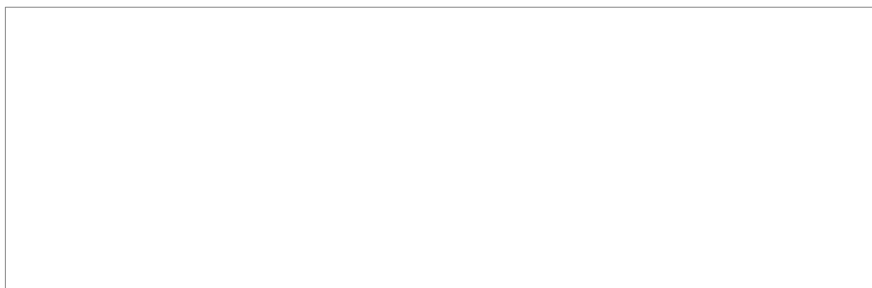
Jak by se rozhodl někdo, ke komu vzhlížíš a koho obdivuješ?

Pokud se rozhodneš špatně, co nejhoršího se může stát?
Jak se z toho vylížeš?

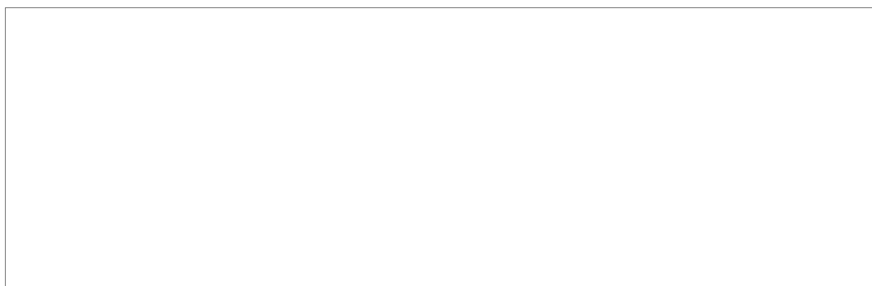
Kdyby se ve stejné situaci rozhodoval tvůj nejlepší kamarád
nebo kamarádka, co bys mu nebo jí poradil?

Kdo bude mít z tvého rozhodnutí radost?
Kdo bude naopak našťvaný nebo smutný?
Co je to za lidi?
Čím jsou pro tebe důležití?

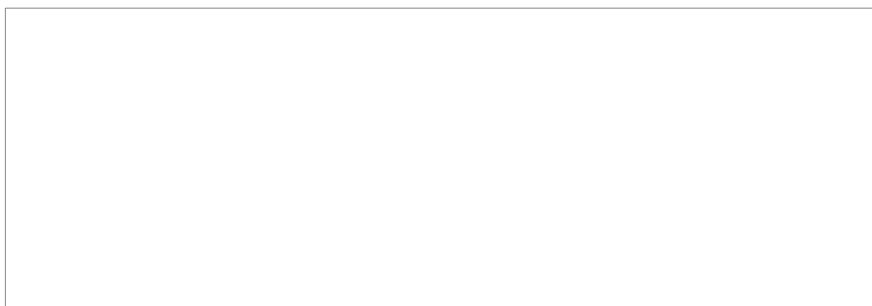
Co se stane, když svoje rozhodnutí odložíš?
Může ti to být v budoucnu líto?



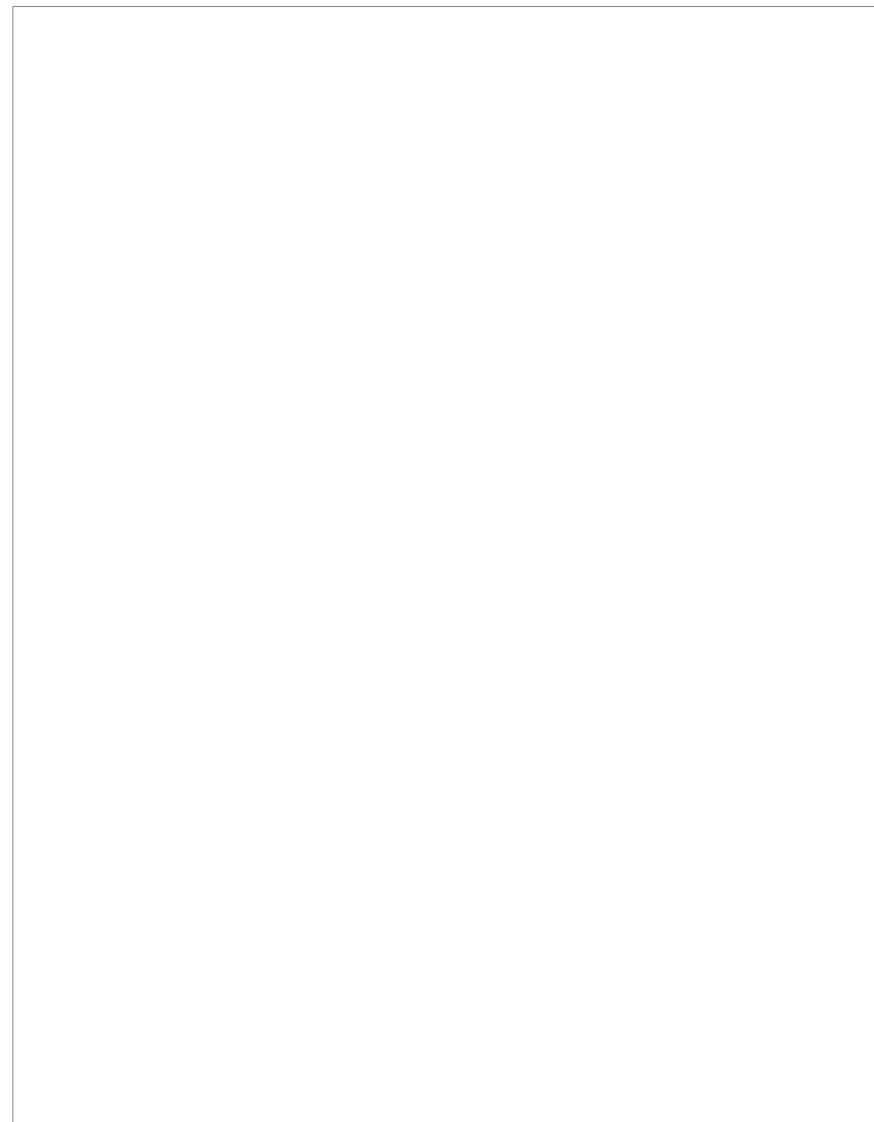
Musíš se rozhodnout hned? Kdy začne tvoje nerozhodnost negativně ovlivňovat tvůj život?



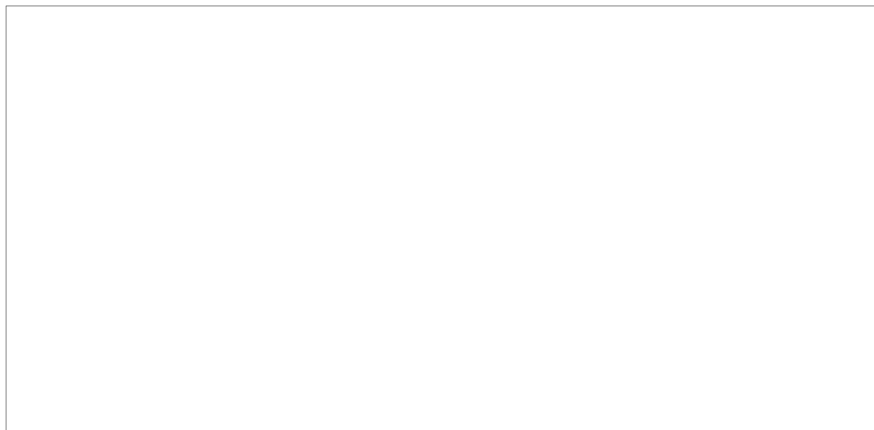
Jak poznáš, že tvoje nerozhodnost už negativně ovlivňuje tvůj život? Čeho si všimneš nejdříve?



Představ si svůj život za 3 roky:
jak vypadá s variantou a), jak s variantou b), případně c)?
V čem se od sebe liší? Která verze se ti líbí?

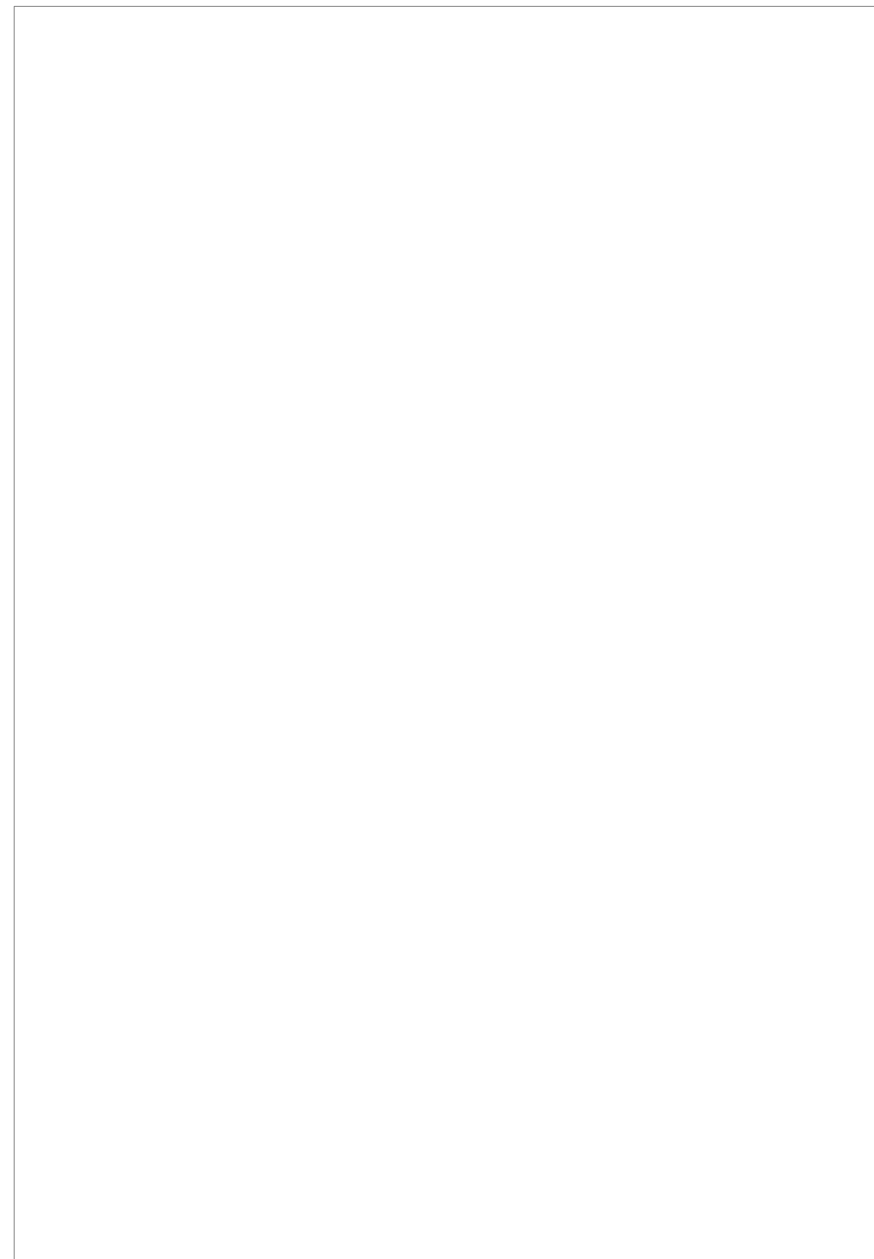
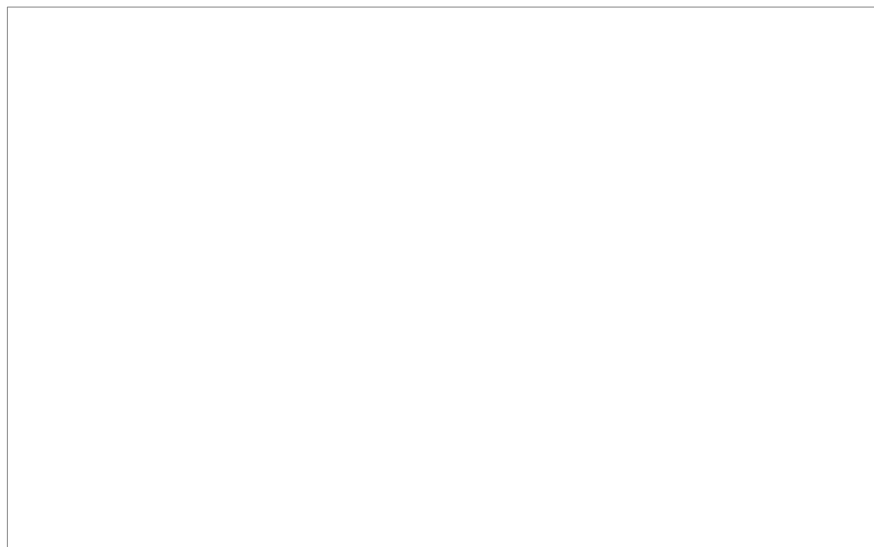


Kterou variantu by vybral tvůj rozum?
A kterou bys vybral pouze na základě svého pocitu?



Přinese ti jedna z variant finanční, emoční, duchovní
či zdravotní benefity?

Sepiš si u všech variant konkrétní příklady.

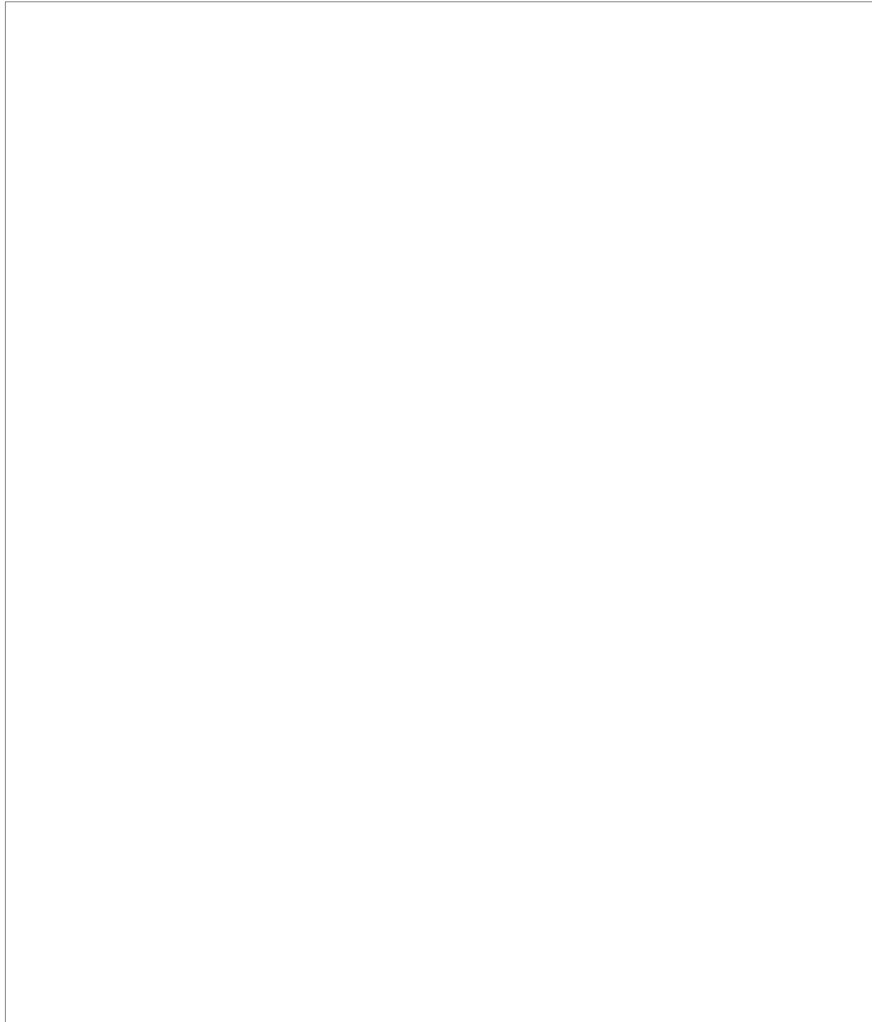
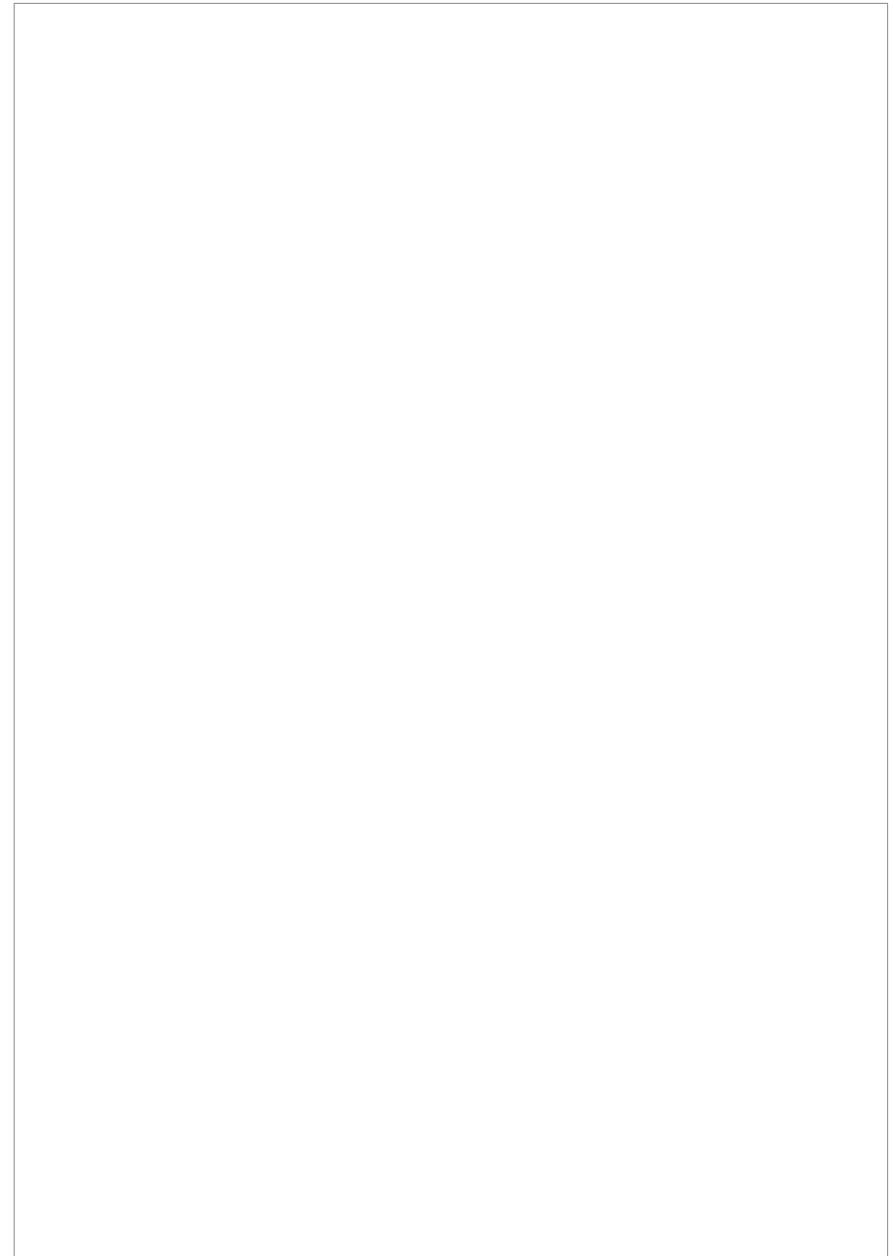


WOW!
Hotovo?
Skvělá práce!



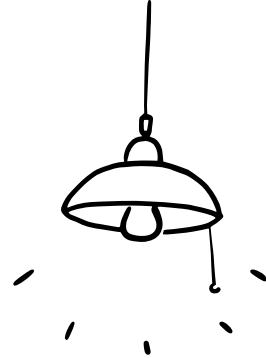
Co si z tohoto zamyšlení odnášíš?

Shrň své aha-momenty, nové poznatky či dej rovnou dohromady akční plán kroků, do kterých se pustíš.

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write their reflections and action plan.A large, empty rectangular box with a thin black border, identical to the one on the left, intended for the user to write their reflections and action plan.

Rozhovor sám se sebou je skvělý nástroj
sebepoznání, ale ne vždy nám stačí.

Pořád si s něčím nevíš rady?
Jdi si o tom popovídat s někým dalším.
A pokud ve svém okolí nikoho takového
nemáš, vezmi si k ruce profíka.
Třeba terapeuta nebo kouče.



Jsou ti teď věci jasnější?

Posviť na cestu i ostatním
a zsdílej to na sítích pod
#posvitsi.