



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

ZADANIA – PRZESZKODY W REALIZACJI CELÓW

Plik do pobrania i druku dla kursantów szkolenia Huna w teorii i praktyce – kurs online.

Marta Pyrchała-Zarzycka

www.astrosalus.pl www.sukces-biznes.pl

www.astrosalus.pl/kursy-online

Huna rozróżnia różnego rodzaju przeszkody w realizacji celów. Należy się od nich uwolnić, aby uzyskać lepszą skuteczność działania. Oto kilka przykładów takich metod uwalniania się od przeszkód.

ZADANIE

Zastanów się, jakie ograniczenia przeszkadzają Ci w zdobywaniu Twoich celów. Dlaczego pozwalasz na ich istnienie? Jak możesz je pokonać? Co dzięki temu zyskasz? Postanów uwolnić się od tych ograniczeń i zacznij realizować swoje zamierzenia.

ZADANIE

Zastanów się, jakie ważne działanie wciąż odkładasz na później. Jakie są tego konsekwencje? Co zyskasz, jeśli wykonasz tę czynność od razu? Po tych przemyśleniach wykonaj przynajmniej część tego działania. Postanów już nigdy nie ociągać się i dotrzymaj słowa.

www.AstroSalus.pl
www.Sukces-Biznes.pl
kursy@astrosalus.pl



ASTRO SALUS

NATURALNIE DO ZDROWIA, MĄDRZE DO ROZWOJU

ZADANIE

Zastanów się, jakie sytuacje najczęściej Cię gniewają. Jak się czujesz po ataku złości? Jakie są jego konsekwencje? Jak możesz uwolnić się od gniewu? Wprowadź swoje pomysły w życie.

ZADANIE

Pomyśl, ileż mógłbyś dobrego osiągnąć dla siebie i dla innych, gdybyś odważył się działać, realizować swoje plany i marzenia. Jak bardzo na lepsze zmieniłoby się wtedy życie Twoje i Twojej rodziny? Postaraj się pokonać swoje lęki i działać.

ZADANIE

Jeśli pracujesz nad realizacją jakiegoś celu, zastanów się, czy wierzysz w swoje powodzenie. Jeśli nie, jaka jest tego przyczyna? Jak można ją zniwelować? Podejmij kroki, które uwolnią Cię od wątpliwości i przyniosą wiarę w siebie oraz w Twój osobisty sukces.