



MYŠLENKOVÁ MAPA

Jak se mi daří v jednotlivých oblastech mého života? Zamyslete se nad každou jednotlivou částí ve vašem životě a zodpovězte si několik otázek. Buďte k sobě upřímní, uvědomte si, jak to máte teď a co byste do budoucna chtěli změnit a proč.

MŮJ ŽIVOT, MÉ SNY, MOJE VIZE

Jaká je moje současná situace?

Co bych chtěla změnit?

Proč to chci změnit, co mi to přinese?

Co mi pomůže k tomu, abych dosáhla změny?

LÁSKA, PARTNERSTVÍ, MANŽELSTVÍ

Jaká je moje současná situace?

Co bych chtěla změnit?

Proč to chci změnit, co mi to přinese?

Co mi pomůže k tomu, abych dosáhla změny?



RODINNÉ VZTAHY, PŘÁTELSTVÍ

Jaká je moje současná situace?

Co bych chtěla změnit?

Proč to chci změnit, co mi to přinese?

Co mi pomůže k tomu, abych dosáhla změny?

MOJE PRÁCE, FINANCE, KARIÉRA

Jaká je moje současná situace?

Co bych chtěla změnit?

Proč to chci změnit, co mi to přinese?

Co mi pomůže k tomu, abych dosáhla změny?

KONÍČKY, SEBEROZVOJ, ČAS PRO SEBE

Jaká je moje současná situace?

Co bych chtěla změnit?

Proč to chci změnit, co mi to přinese?

Co mi pomůže k tomu, abych dosáhla změny?



DOMOV, POHODLÍ, RODINNÉ ZÁZEMÍ, DĚTI

Jaká je moje současná situace?

Co bych chtěla změnit?

Proč to chci změnit, co mi to přinese?

Co mi pomůže k tomu, abych dosáhla změny?

Nejdůležitější slova, která vystihují to, kdo jsem, co chci, co si přeji a jaké změny chci uskutečnit. Sepište to nejdůležitější - Co ve svém životě oceňujete? Za co se chcete pochválit a jste na sebe pyšní? Co můžete a chcete udělat jinak? Jaká cesta vede k tomu, abyste dosáhli svého cíle?