



HAVASS
Academy & Coaching

TAG 2

Wer bist du?

Hast du jemals darüber nachgedacht? Du musst wissen, wer du bist.

Wenn du weißt, wer du bist, wirst du eine Haltung im Leben haben, gerade, solide. Du wirst so gerade stehen, dass du nicht von den Vorurteilen, unkonstruktiven Kritikpunkten und verzerrten Realitäten anderer beeinflusst wirst.

Wissen ist Macht, wenn du weißt wer du bist, wirst du deine eigene Macht besitzen.

Heute wirst du einen großen Schritt machen, um deine Kraft zu nutzen und dich selbst zu treffen. Ich möchte, dass du dich folgendes fragst: "Wer bin ich?" Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten.

Du wirst dich in fünf verschiedenen Kategorien definieren. Je mehr Details, desto besser!

1. Physikalische Eigenschaften

Größe, Gewicht, Haarfarbe, Frisur, Gesichtsausdruck, Hautmerkmale, Kleidungsstil, körperliche Struktur ...
(Du solltest die Bereiche deines Körpers wie Brust, Hüfte, Beinlänge, Finger und Hals separat beschreiben.)

2. Charaktereigenschaften

Was glaubst du, welche Charaktereigenschaften du hast? Aggressiv, hartnäckig, liebevoll, angreiflich, entschlossen ...

Wie definierst du deine Haltung im Leben? Was machst du gern?

Was sind die Dinge, die du nicht ausstehen kannst?

3. Kommunikation im sozialen Leben

Wie ist dein Sozialleben? Wie gehst du mit Fremden um? Wie stehst du zu deiner Familie und deinen Freunden? Wo liegen deine Stärken und Schwächen? Was für eine Person wirst du, wenn du eine neue Umgebung betrittst?

4. Kommunikation mit dem anderen Geschlecht

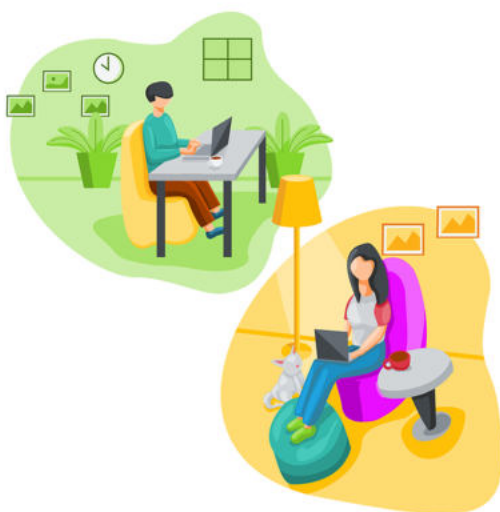
Du musst nicht unbedingt einen Partner haben. Wie verhältst du dich gegenüber der Person, an der du interessiert bist? Was für eine Person wirst du in deinen Beziehungen? Welche Haltung nimmst du ein? Schreibe es im Detail auf.

5. Erfolg im Schul- oder Geschäftsleben

Worin bist du in deinem Schul- oder Geschäftsleben erfolgreich? Was schaffst du eher nicht? Wie definierst du dich im Berufsleben? Bist du erfolgreich? Welche deiner Seiten sind erfolgreich? Geräts du schnell in Panik? Wirst du zu schnell demoralisiert? Vielleicht hast du eine sehr schöne Konzentrationsfähigkeit? Wie erfolgreich bist du bei der Erfüllung deiner Aufgaben? Denke im Detail, schreibe im Detail.



Sammle deinen Kopf, konzentriere dich und schreibe auf dem Arbeitsblatt, wer du bist. Du wirst diese Liste morgen brauchen!



Aufgaben

- Beschreibe dich selbst und schreibe in das Arbeitsblatt.
- Höre dir deine Affirmation an, bevor du nachts schlafen gehst.



HAVASS ACADEMY & COACHING