

## KIMERÜLT

### Kérdések:

- 1) Miért vagy ennyire fáradt? Ki vagy, mi vesz el az erőd?
- 2) Hogy jutottál idáig? Mi a te szereped ebben a helyzetben?
- 3) Lehet-e úgy változtatni az életstílusodon, hogy visszanyerd az energiád? Hogyan tudnád ezt megtenni?

### Megerősítés:

Odaadóan ápolom a lelkem. Megtehetek mindent, amitől jól érzem magam. Saját fontossági listám élén állok.

## ÉRZÉKENY

### Kérdések:

- 1) Mennyire vagy érzékeny? Miként befolyásolja ez a kapcsolataidat?
- 2) Hogyan hat rád mindez? Hogyan állsz talpra?
- 3) Miként kamatoztathatnád az érzékenységedet önmagad és mások számára?

### Megerősítés:

Érzékeny lelkem ráhangolódik a környező energiákra. Hitem és intuícióm tökéletesen megvéd és megtart erősnek. Szeretem az érzékenységet!

## MOTIVÁLT

### Kérdések:

- 1) Milyen dolgok inspirálnak és motiválnak téged? Ezek alapján cselekszel? Mondanál egy példát?
- 2) Kik inspiráltak a leginkább az életedben? Mit tanulhatsz tőlük?
- 3) Milyen célok kitűzésével növelheted a motivációs szintedet?

### Megerősítés:

Bármire képes vagyok, amit elhatározok. Ha az inspirációimat követem, az igazi sorsom felé haladok. HAJRÁ, ÉN!

## BÍRÁLNAK

### Kérdések:

- 1) Milyen gyakran és milyen helyzetben érzed úgy, hogy bírálnak? Kik ítélkeznek fölötted? Miket mondanak?
- 2) Hiszel ebben az ítéletben/bírálatban? Mi az igazság?
- 3) Mit szeretnél erre válaszolni nekik?

### Megerősítés:

Kedvesen és szeretettel ítélem meg magam. Önmagam legjobb barátja és leghívebb csodálója vagyok. Bizom saját bölcsességemben és önbizalmamban.