

Экзистенциальная исполненность

— это ощущение внутреннего согласия с собственной жизнью, чувство наполненности и осмысленности своего существования

Этот феномен выходит за рамки привычного понимания счастья: он связан не только с эмоциями, но и с тем, насколько ваши ценности, цели и реальные поступки совпадают между собой.

Экзистенциальная исполненность проявляется в умении:

- *находить смысл даже в сложных/неопределённых ситуациях*
- *ощущать свою значимость влияния на окружающий мир*
- *принимать ответственность за свой жизненный путь*

Мы разберём:

- как ваши ценности реализуются в реальных действиях
- как вы относитесь к свободе выбора
- как справляетесь с неопределённостью

Вы получите не только анализ уровня своей осмысленности, но и рекомендации по укреплению экзистенциальной устойчивости, чтобы ваша жизнь ощущалась наполненной, целостной и по-настоящему вашей

► В этом разделе вы увидите, насколько ваша жизнь наполнена смыслом, как вы справляетесь с экзистенциальными вызовами — вопросами свободы, одиночества, ответственности и поиска своего места в мире