

Dočerpávání energie



Jaký je aktuální stav vaší energie (pomyslného energetického účtu), kdybyste jej měly vyjádřit na škále od 0 do 100?

.....

.....

.....

.....

.....

Co všechno patří do kategorie dočerpávání energie? Co vám přináší radost, u čeho můžete být samy sebou, můžete volně dýchat nebo u čeho máte pocit smysluplnosti.

.....

.....

.....

.....

.....

Jakou jednu věc, která vás vyčerpává si dovolíte nedělat a nahradit ji něčím z toho, co vám energii dodává?

.....

.....

.....

.....

.....