

Φύλλο εργασίας 9

Οραματιστείτε τον εαυτό σας σε καταστάσεις όπου χάνετε τον έλεγχο και δημιουργήστε 2 διαφορετικά σενάρια εξετάζοντας διαφορετικές λύσεις.

Δεν χρειάζεται να φτιάξετε όλο το οπλοστάσιο αμέσως, οπότε το μόνο που χρειάζεστε είναι το μυαλό σας, λίγη ηρεμία και την ανεμπόδιστη ροή των σκέψεων.

Χάρη σε αυτό, θα σας είναι πιο εύκολο να αναδημιουργείτε "έτοιμα" σενάρια σε καταστάσεις κρίσης.

λύση:

λύση:

