

Lehetőségek margarétája

Szeretnél átlátni egy összetett témát? Vagy egy probléma lehetséges megoldásait? Esetleg szeretnéd számba venni egy kérdésre a lehetséges válaszokat? Ez a gyakorlat segíthet.

1. Milyen téma kapcsán rajzolnád fel a virágot? Ezt a témát írd a virág közepébe!
2. Milyen lehetségszirmot adnál a virághoz? Mit jelent ez a szirm? Hogyan neveznéd el? Rajzold be ezt a szirmot!
3. Rajzold hozzá a következőt és nevezd el! Miért ezt választottad következőnek? Mit jelent számodra ez a lehetőség? Milyen érzések, gondolatok vannak benned ezzel kapcsolatban? Mennyire fontos neked ez a lehetőség? Miért fontos? Milyen eredményt, hasznot hozhat?
4. Az összes szirm esetében válaszolj a 3. pontban leírt kérdésekre!
5. Kiegészítő kérdések: kell választanod a lehetőségek közül? Lehet őket kombinálni? Melyiket választanád ösztönösen, s melyiket racionális szempontból?

Az Önazonos Vagyok Klub #coachingkedd rovatából
KNAPEK ÉVA ADVENTI KALENDÁRIUM 7/24

