



@luzamarela.recursos

Quando ciclos se encerram

Perguntas para se fazer

Faça um registro de todos os aprendizados e mudanças.

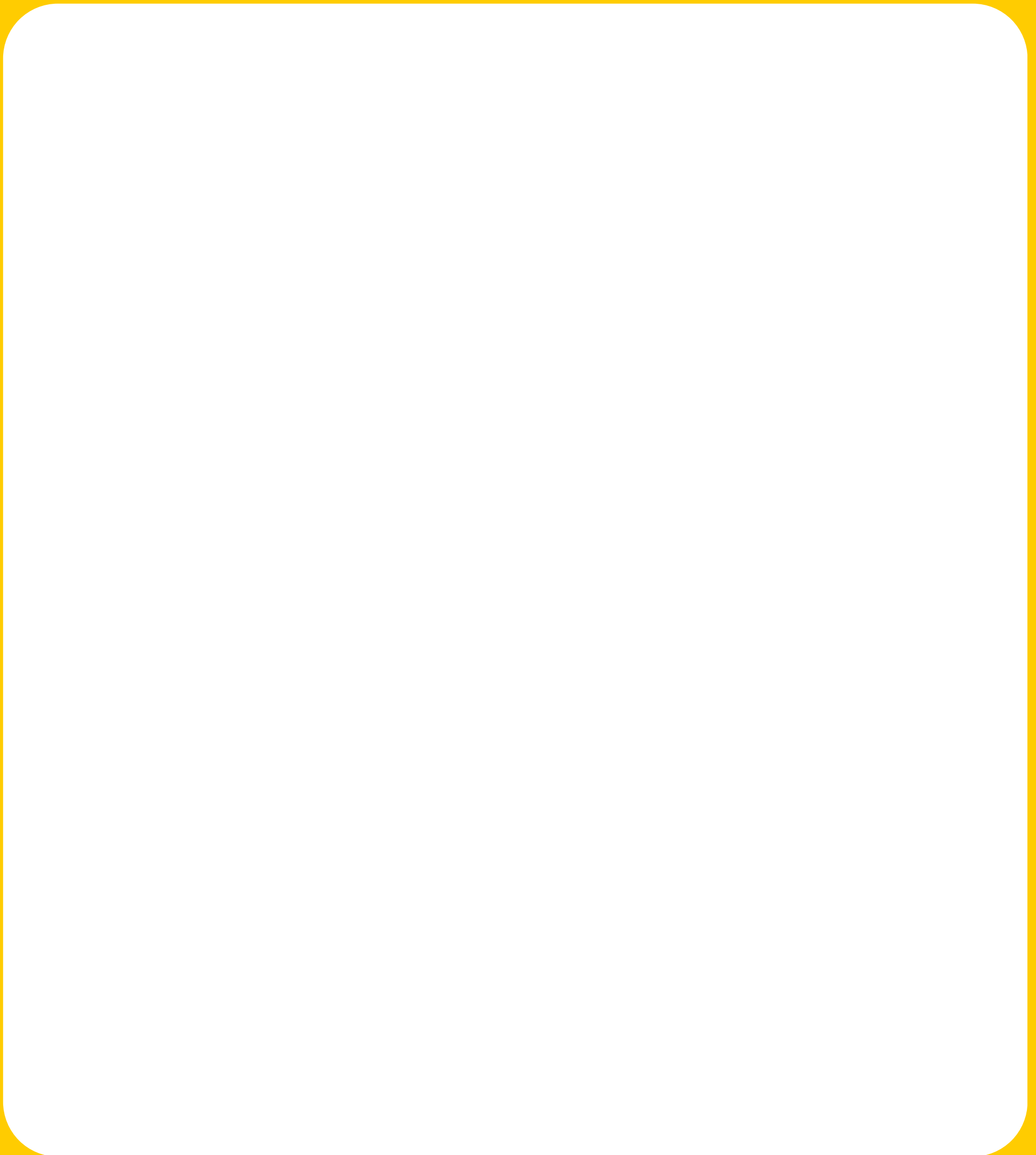


1 O que aprendi sobre mim diante disso?

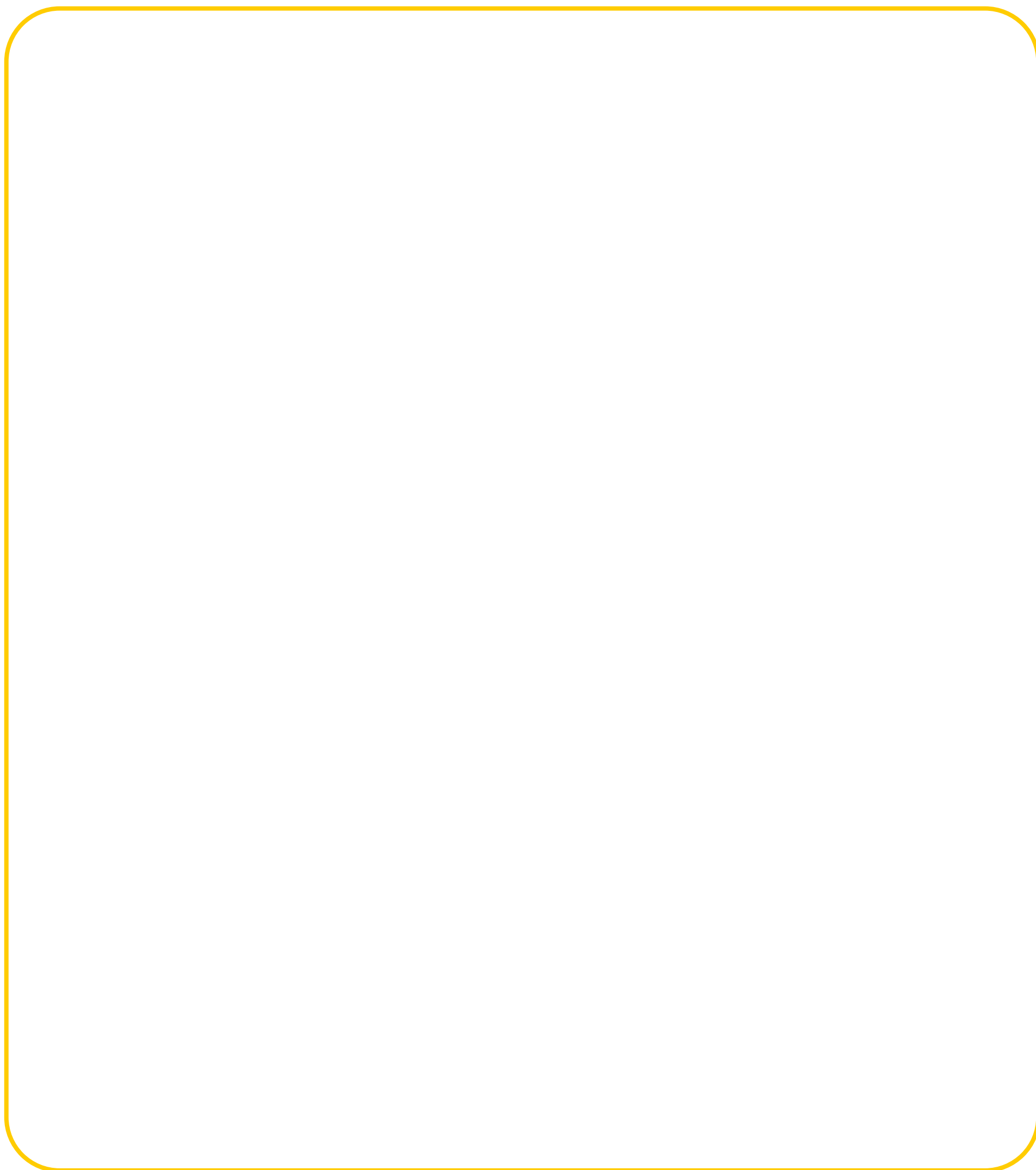


2 O que me fez bem e contribuiu para o meu crescimento?

3 O que não faz mais sentido e agora vai ficar no passado?



4 Quais minhas realizações alcançadas?



5

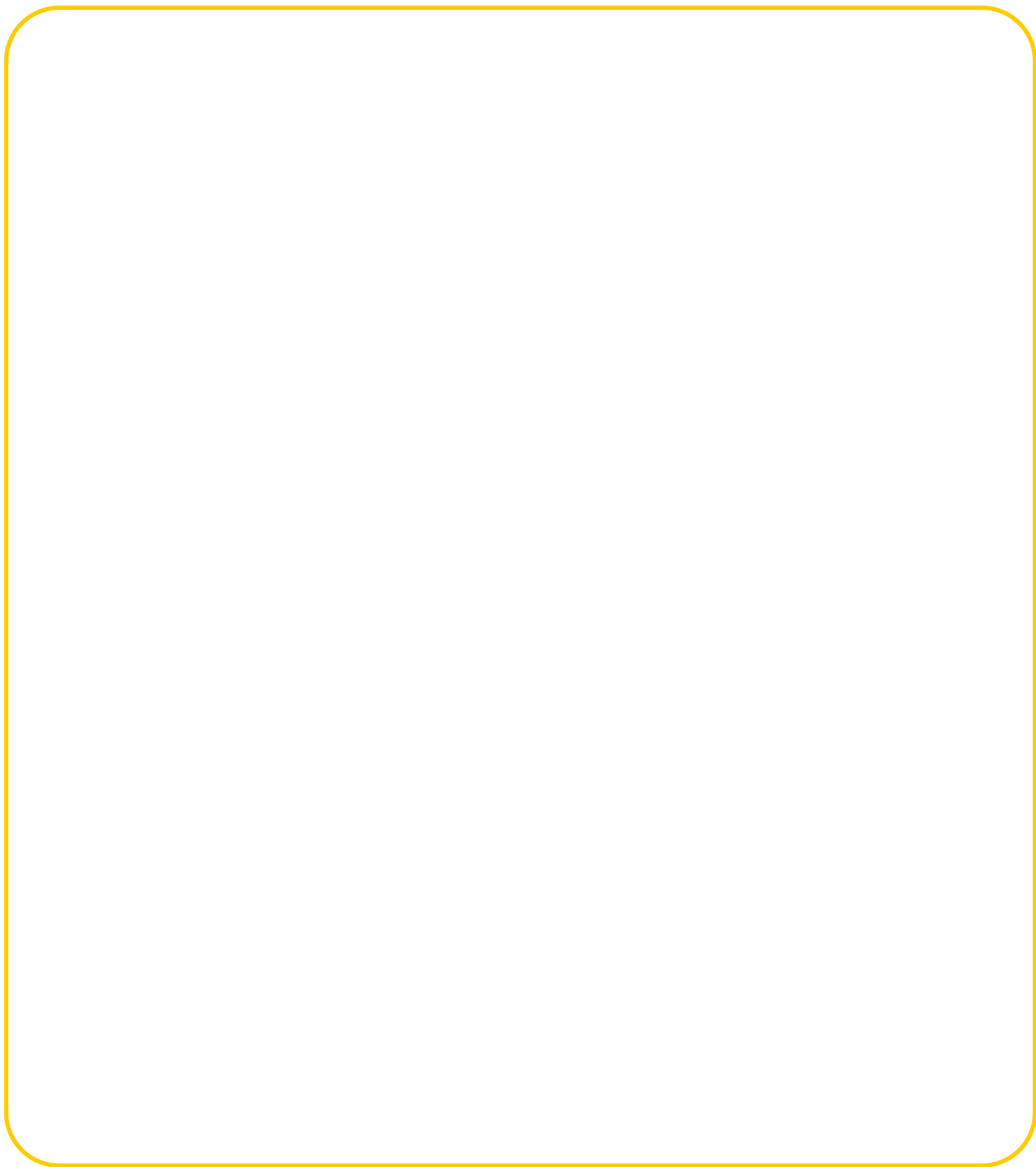
Precisei abrir mão de algo ou alguém? Qual o impacto disso pra mim?

6 Quais mudanças e objetivos desejo para a minha vida a partir de agora?

A large, empty rectangular box with rounded corners and a yellow border, intended for writing answers.

7 O que eu gostaria de dizer para o "ciclo encerrado"?

8 O que posso dizer para esse novo ciclo que se inicia?



Conheça outros materiais.

Autoconhecimento

Dor Crônica

Reestruturação Cognitiva

Ansiedade

Maternidade



E-book interativo



LUZ
AMARELA