



Svetlana Blagojević

PERSONAL PROGRESS COACH & YOGA INSTRUKTOR

NE PRIJA VAM A TRPITE – TOLERIŠETE!



INSTRUKCIJE: Zabeležite sve one stvari, situacije, ponašanja...koja tolerišite, trpite a ne prija Vam. Iako ne želite time da se bavite u ovom trenutku, samo ih zapišite. Sama svesnost o postojanju će menjati Vas I sve oko Vas.

Primer: nestrpljenje, neplaćeni računi, novi zahtevi od šefa, navike u ishrani, neodlučnost...

Identifikujte sve što trpite - tolerišete i slobodno dopunjavajte spisak. Neka spisak bude na vidnom mestu!

- | | |
|----------|----------|
| 1. | 2. |
| 3. | 4. |
| 5. | 6. |
| 7. | 8. |
| 9. | 10. |
| 11. | 12. |
| 13. | 14. |
| 15. | 16. |
| 17. | 18. |
| 19. | 20. |
| 21. | 22. |
| 23. | 24. |
| 25. | 26. |
| 27. | 28. |
| 29. | 30. |
| 31. | 32. |
| 33. | 34. |

Izaberite jednu stavku i akciju-korak koji ćete preduzeti da bii tu stavku uklonili sa spiska!

AKCIJA	(DO) KADA
--------	-----------