

Upitnik za samorefleksiju

1. Šta mi je najveći izazov trenutno?

2. Kako se zbog toga osećam?

(Kakav uticaj to ima na moj život ili kvalitet života?)

3. Šta zaista želim - kako želim da se osećam ili šta želim da ostvarim?
(Šta želim da postignem?)

4. Šta me trenutno sprečava da to postignem?

5. Mogu li to da rešim sam/a - ili mi treba stručna podrška?

6. Koji prvi korak mogu da napravim već danas?

(Koja je prva akcija koju sam spremna/an da napravim?)

7. Da li želim podršku na ovom putu?

