



Day 2 of 5 Days Challenge!

Construiește-ți
Imaginea de Sine

Blind self - Ce știi alții despre tine, dar tu nu știi...

Aici este o idee mai dificil pentru că va fi nevoie să întrebi câțiva prieteni/cunoștințe cum te văd ei.

Scrive un mesaj și trimite-l la 5 persoane.

Poate suna așa:

Uite, fac un exercițiu de coaching și aș aprecia dacă m-ai ajuta un pic.

Îmi poți spune 5 calități ale mele? Cum mă vezi tu pe mine?

Dacă vrei să mergi mai departe, poți întreba și de 5 defecte :) dar asta rămâne la alegerea ta. vei fi surprinsă să descoperi că oamenii te văd diferit față de cum te vezi tu.

Ia o foaie și un pix și completează acesată parte din exercițiu până mâine seară când va urma un altul.

Păstrează fiecare foaie pe care scrii. La final, în a 5-a zi, targem linie și interpretăm rezultatele :)

Mult Succes!



<https://copyandme.ro/coaching3odezile>



[@andreamihalachecoach](https://www.facebook.com/andreamihalachecoach)



[@amihalache1](https://www.instagram.com/amihalache1)