

AULA 05: LIBERANDO MEDOS E BLOQUEIOS

Workbook de exercicios

QUAL É O SEU MEDO?	QUAL É A PIOR COISA QUE PODERIA ACONTECER?	SE ISSO ACONTECER, COMO VOCÊ PODERIA REVERTER A SITUAÇÃO?	NO FINAL, VOCÊ AINDA ESTARIA VIVO E RESPIRANDO?



AULA 05: LIBERANDO MEDOS E BLOQUEIOS

Workbook de exercicios

1. QUAL É A COISA MAIS PROVÁVEL DE ACONTECER SE VOCÊ REALIZAR SEU SONHO? FAÇA UMA LISTA DAS POSSIBILIDADES. ESSAS COISAS TE FAZEM SENTIR EMPOLGAÇÃO?

2. E SE VOCÊ NÃO SEGUIR O SEU SONHO? O QUE VAI ACONTECER SE VOCÊ DEIXAR O MEDO VENCER? ONDE VOCÊ VAI ESTAR DAQUI 1, 5 OU 10 ANOS?