

אזור הדיוק: סביבה מקדמת

הסביבה שלנו משחקת תפקיד משמעותי בצמיחה האישית והמקצועית. יצירת סביבה אנושית חיובית ותומכת יכולה לעזור להשיג את המטרות, להגביר את הפרודוקטיביות ולשפר את הרווחה הכללית שלנו.

שאלות מדייקות:

1. האם האנשים סביבך גורמים לך להרגיש טוב? כיצד?

2. האם יש אנשים בחיך שגורמים לך לרגשות שליליים בעקבות או שואבים את האנרגיה שלך?

3. איך ניתן להגביל את החשיפה שלך לאנשים שליליים או למערכות יחסים רעילות?

4. איזה סוג של אנשים היית רוצה סביבך?

5. מי האנשים בחיך שמביאים לך הכי הרבה שמחה וחיוביות?

6. האם יש מערכות יחסים שכבר אינן משרתות אותך?

7. האם יש מערכות יחסים בחיך שהיית רוצה לשפר? כיצד?

8. איך ניתן להרחיב את המעגל החברתי שלך כדי להכיר אנשים חדשים עם תחומי עניין דומים?

9. אילו צעדים אתה יכול לנקוט כדי לטפח קשרים ומערכות יחסים משמעותיות יותר?

10. האם האנשים בחיים שלך נמצאים שם מחוסר ברירה או מבחירה שלך?

אל תפסלנו, ג'ייקו.
יונה

יונה משה-דוד - מדייקת ספרית

