



Exercițiu: Două povești

Acordați 10 minute reflectării asupra celor 2 povestiri de mai jos, un moment în care ați simțit că ați dat greș și un altul, când ați simțit că ați reușit.

Scrieți relatarea acestor situații, cu cât mai multe detalii: Care a fost obiectivul dvs.? Cum a evoluat situația? Ce ați făcut, în mod specific? Care a fost cel mai important factor pentru reușită (eșec)? Cum v-a schimbat această experiență în bine? Ce efecte pe termen lung a avut?

Povestea mea de eșec

Povestea mea de succes