

Itsekritiikki



Epävarmoina aikoina ääni sisälläsi saattaa kritisoida kaikkea mitä teet. Onko sillä jotain oleellista sanottavaa? Ellei, siirrä se kuskin paikalta takakonttiin.

Koita vahvistaa lempeämpää sisäistä ääntä. Olemalla lempeä itsellesi osaat olla sitä helpommin myös muille.

Epävarmojen aikojen
SABOTÖÖRIT

bingo