

Список вопросов:

1. Какие я вижу в себе недостатки и почему я считаю их недостатками?

Недостатками могут быть - постоянная ложь, лень, безответственность, эмоциональная зависимость, гордыня, супер героизм и тд

2. Я должна всегда быть...

Какой? Всегда лучшей, или всегда на связи для клиентов, или всегда должна помогать всем знакомым, даже если они просят сделать это бесплатно или сильно дешевле, или я должна всегда быть доброй, или я не должна злиться и тд

3. Я хвалю себя только за...

Напишите за какие поступки, решения, поведения вы готовы себя похвалить - это может быть похвала лично себе, а может быть то, чем вы готовы поделиться в социальных сетях.

Если есть что-то за что ты себя хвалишь, но не готова этим делиться открыто, то напиши небольшое пояснение почему не готова этим делиться с другими и показывать это?

4. За что я ругаю себя?

Здесь нужно выписать те поступки или решения или черты характера за которые себя ругаешь - даже если ругаешь не всегда, то все равно напиши (это может быть список из 3х пунктов, а может и из 30 - правильно количества нет)

5. Выводы

Выпишите все выводы маленькие и большие, которые возникли у вас во время выполнения этого задания.

Не нужно строить из себя другого человека и писать - вот это правильно, а вот это нет. Смысл выводов скорее в ответе на вопрос " Как те или иные ответы на вопросы мешают или помогают мне в достижении моих целей?"