

HEALING JOURNEY

pytania, które musisz sobie zadać po zerwaniu

by BOSSIER

1 Jak opisałabyś związek ze swoim ex?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

2 Co czujesz, myśląc o ostatnich miesiącach swojego związku?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

3 Czy gdyby zachowania twojego ex pozostały bez zmian, byłabyś szczęśliwa w takiej relacji?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

HEALING JOURNEY

pytania, które musisz sobie zadać po zerwaniu

by BOSSIER

4 Co sprawiało, że nie czułaś się bezpiecznie w relacji ze swoim ex?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

5 Jakie zachowania Twojego ex nie były dla Ciebie komfortowe?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

6 Jakie problemy najczęściej pojawiały się w relacji z Twoim ex?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

HEALING JOURNEY

pytania, które musisz sobie zadać po zerwaniu

by BOSSIER

7 Za czym tak naprawdę tęsknisz?

(Pamiętaj, że często tęsknimy za wyobrażeniem o kimś, a nie za faktyczną osobą).

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

8 Jakie swoje zachowania w relacjach romantycznych chciałabyś zmienić?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

9 Jakie swoje cechy i zachowania chciałabyś pielęgnować w relacjach romantycznych?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

BOSSIER

HEALING JOURNEY

pytania, które musisz sobie zadać po zerwaniu

by BOSSIER

I Jakich cech poszukujesz w partnerze/partnerce?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

II Co najbardziej cenisz w relacji romantycznej?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:

III Jakie plany jesteś w stanie realizować samodzielnie?

NAPISZ TERAZ:

ZA 3 MIESIĄCE:

ZA 6 MIESIĘCY:

ZA ROK:
