

BAZOWE PRZEKONANIA

1. Jakie są Twoje bazowe przekonania?

What are your core beliefs?

2. Wyobraź sobie nowy start dla siebie. Co byś sobie powiedział/a?

Envision putting yourself out there for a new opportunity. What would you tell yourself?

3. Pomyśl o tym, na co zasługujesz w miłości i relacjach. Co byś sobie powiedział/a?

Think about what you deserve in love and relationships. What would you tell yourself?

4. Które przekonania pochodzą z dzieciństwa?

Which beliefs came from childhood?

5. Które przekonania zostały ukształtowane i zrewidowane albo nawet utworzone w dorosłości?

Which beliefs were shaped and revised or even constructed in adulthood?
