

---



# Jurnal de Auto-Descoperire

---



Jurnal ghidat de 30 zile



Înregistrare zilnică

Creat cu LoomJournals

---

# Cum să folosești acest jurnal

---

Bine ai venit la jurnalul tău! Iată câteva sfaturi pentru a profita la maximum de el:

- 1 Rezervă-ți câteva minute în fiecare zi pentru a scrie
- 2 Fii sincer și scrie liber, fără a te judeca
- 3 Încearcă să scrii la aceeași oră în fiecare zi pentru a-ți forma un obicei
- 4 Recitește-ți însemnările săptămânal pentru a observa tipare

- 
- Începe cu întrebarea de azi despre scopul vieții
  - Reflectează asupra valorilor și punctelor tale forte esențiale
  - Explorează temerile și convingerile limitante cu onestitate
  - Surprinde perspectivele și lecțiile învățate
  - Încheie cu un moment de recunoștință



Scanează pentru un ghid detaliat despre cum să folosești acest jurnal

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

---

---

---

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

---

---

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

---

---

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

---

---

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

---

---

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

---

---

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

---

---

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

---

---

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

---

---

---

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

---

---

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

---

---

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

---

---

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

---

---

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

---

---

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

---

---

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

---

---

---

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

---

---

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

---

---

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

---

---

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

---

---

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

---

---

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

---

---

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

---

---

---

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

---

---

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

---

---

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

---

---

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

---

---

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

---

---

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

---

---

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

---

---

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

---

---

---

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

---

---

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

---

---

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

---

---

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

---

---

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

---

---

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

---

---

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

---

---

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

---

---

---

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

---

---

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

---

---

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

---

---

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

---

---

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

---

---

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

---

---

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

---

---

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

---

---

---

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

---

---

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

---

---

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

---

---

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

---

---

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

---

---

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

---

---

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

---

---

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

---

---

---

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

---

---

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

---

---

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

---

---

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

---

---

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

---

---

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

---

---

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

---

---

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

---

---

---

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

---

---

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

---

---

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

---

---

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

---

---

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

---

---

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

---

---

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

---

---

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

**Data:** \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

---

---

---

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

---

---

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

---

---

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

---

---

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

---

---

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

---

---

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

---

---

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

---

---

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (*pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii*)

**Valori fundamentale** (*ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...*)

**Punctele mele forte** (*la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?*)

**Frici explorate** (*ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?*)

**Convingeri limitative** (*ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?*)

**Ce am învățat** (*ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?*)

**Reflecția zilei** (*ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?*)

**Recunoștință** (*pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume*)

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** (pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)

**Valori fundamentale** (ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)

**Punctele mele forte** (la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)

**Frici explorate** (ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)

**Convingeri limitative** (ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)

**Ce am învățat** (ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)

**Reflecția zilei** (ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)

**Recunoștință** (pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)

Data: \_\_\_\_\_

**Întrebare despre scopul vieții** *(pune-ți o întrebare profundă despre cine ești sau vrei să fii)*

**Valori fundamentale** *(ce valori îți ghidează deciziile? onestitate, libertate, creștere...)*

**Punctele mele forte** *(la ce ești bun? ce apreciază ceilalți la tine?)*

**Frici explorate** *(ce frică ai observat sau ai înfruntat astăzi?)*

**Convingeri limitative** *(ce poveste îți spui care ar putea să te țină pe loc?)*

**Ce am învățat** *(ce lecție sau perspectivă fotografică ți-a oferit această sesiune?)*

**Reflecția zilei** *(ce a mers bine? ce ar putea fi mai bine?)*

**Recunoștință** *(pentru ce ești recunoscător astăzi? numește o persoană, un moment sau un lucru anume)*