



❖ چک لیست اجرایی شناخت عمیق خود

مرحله ۱: آماده سازی ذهن

- 1 زمانی باکیفیت و بدون حواس پرتی برای خود فراهم کرده ام.
- 2 می دانم نتیجه این تست، یک «نقشه راه» است، نه یک «قفس».

مرحله ۲: صداقت در اجرا

- 1 به سوالات بر اساس «واقعیت» وجودی ام، نه «ایده آلم» پاسخ می دهم.
- 2 پاسخ هایم بازتاب رفتار غالب من در «بیشتر مواقع» زندگی است.

1 نقاط قوت، ضعف و مسیرهای رشد تیپ شخصیتی‌ام را مطالعه کرده‌ام.

2 یک «اقدام کوچک و عملی» برای خروج از الگوی تکراری‌ام تعریف کرده‌ام.

3 از نتیجه تست برای قضاوت یا برچسب زدن به دیگران استفاده نمی‌کنم.

آینده‌تان را طراحی کنید!

شناخت «چرایی» رفتارهایتان با انیاگرام، قدم اول بود. حالا در دوره رایگان ویژن، «چگونه» ساختن فردایی که آرزویش را دارید را بیاموزید.

شروع مسیر جدید (رایگان)

