

# ΒΡΙΣΚΟΝΤΑΣ ΤΙΣ ΑΞΙΕΣ ΜΟΥ

**Α. Επιλέξτε για την πρώτη στήλη μία κατάσταση που σας προξένησε χαρά και όμορφα συναισθήματα!**

**Β. Για τη δεύτερη στήλη μία κατάσταση που σας προξένησε δυσάρεστα συναισθήματα!**

**Γ. Απαντήστε σε κάθε μία ερώτηση που έχει στα από κάτω τετράγωνα, για να προσδιορίσετε το βαθύτερο αίτιο της κάθε κατάστασης, και καταγράψτε τις απαντήσεις σε ένα χαρτί μία-μία ξεχωριστά!**

**Δ. Συνεχίστε ακόμα και αν επαναλαμβάνετε τις απαντήσεις σας, μέχρι να φτάσετε στο τελευταίο τετράγωνο, όπου και θα σας φανερωθεί το βαθύτερο κίνητρο της αξίας σας με την οποία μετράτε τη ζωή!**

**Ε. ΑΦΟΥ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΕΤΕ ΤΙΣ ΒΑΘΥΤΕΡΕΣ ΑΞΙΕΣ ΣΑΣ, ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΛΕΟΝ ΤΟ ΓΙΑΤΙ ΠΕΤΥΧΑΙΝΕΤΕ, Ή ΑΠΟΤΥΓΧΑΝΕΤΕ ΣΤΙΣ ΑΠΟΦΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΙΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ ΣΑΣ, ΕΙΤΕ ΓΙΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ, ΕΙΤΕ ΓΙΑ ΣΧΕΣΕΙΣ!**

**ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΧΑΡΑΣ**

**ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΔΥΣΦΟΡΙΑΣ**



ΓΙΑΤΙ ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΧΑΡΑ  
ΓΙΑ ΑΥΤΟ;

ΤΙ ΣΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ  
ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΕΤΣΙ ΓΙΑ  
ΑΥΤΟ;

ΠΟΥ ΣΕ ΙΚΑΝΟΠΟΙΕΙ;

ΓΙΑΤΙ ΣΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ  
ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΕΤΣΙ ΑΥΤΟ;

ΣΕ ΤΙ ΣΥΜΦΩΝΕΙΣ;

ΓΙΑΤΙ ΣΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ  
ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΕΤΣΙ ΑΥΤΟ;

ΣΕ ΤΙ ΣΕ ΕΞΑΣΦΑΛΙΖΕΙ;

ΣΕ ΤΙ ΤΑΥΤΙΖΕΣΑΙ;

ΓΙΑΤΙ ΝΟΙΩΘΕΙΣ  
ΔΥΣΦΟΡΙΑ ΓΙΑ ΑΥΤΟ;

ΤΙ ΣΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ  
ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΕΤΣΙ ΓΙΑ  
ΑΥΤΟ;

ΤΙ ΔΕΝ ΣΟΥ ΑΡΕΣΕΙ;

ΓΙΑΤΙ ΣΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ  
ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΕΤΣΙ ΑΥΤΟ;

ΣΕ ΤΙ ΔΕΝ  
ΙΚΑΝΟΠΟΙΕΙΣΑΙ;

ΓΙΑΤΙ ΣΕ ΚΑΝΕΙ ΝΑ  
ΝΟΙΩΘΕΙΣ ΕΤΣΙ ΑΥΤΟ;

ΤΙ ΣΟΥ ΠΑΕΙ ΚΟΝΤΡΑ;

ΓΙΑΤΙ;