



تخطيط العام الجديد

تمرين
الصورة الكاملة



تقديم
د. رانيا الخطيب



تمرين الصورة الكاملة

الهدف من تمرين تقييم أهداف العام السابق، تحديد:

○ الأمور الإيجابية التي حققتها

○ الأمور التي تريد العمل على تحسينها خلال العام الجديد

○ العام الجديد

التمرين مفيد لعملية الإدراك الفعلي للوضع الحالي من حيث معرفة:

○ نقاط القوة

○ النقاط التي تريد العمل على تقويتها والمزيد من التركيز

○ الوعي بأهمية هذه الأهداف لك ولتطورك في عدة مجالات في الحياة وعلى

المستوى الروحي والنفسي والجسدي والعقلي

• Love & Heal your Life •
DR. Rania ElKhateeb