

برنامه پیوند



تمرین‌های کارگاه اول

تمرین اول

- نگاه کنید در عرصه چه تجربه‌هایی در طول زندگی شما رخ داده است و شما گویی به آن تجربه چسبیده اید. چند نمونه را جدا کنید که می‌گویند آن هستید و اثرات و تبعاتش را سه‌جا ببینید:
۱. کجاها دارد شما را محدود میکند؟
 ۲. تأثیرش روی زندگی و آینده شما چیست؟
 ۳. تأثیرش روی روابط و اطرافیانتان چیست؟

تمرین دوم

نگاه کنید آیا در موقعیت‌های مختلف در این عرصه چیزهای دیگری هم ممکن است که ظهور و بروز پیدا بکند.