

OPREȘTE VOCEA CARE TE SABOTEAZĂ

Fișe de Lucru — Participanți

Workshop: „Vocea care te Ține pe Loc — Eliberare din autosabotaj”

Facilitator: Laurențiu Guran — Hypno-Coach, NLP Practitioner & Master

Durată: 3 ore

Data: _____

Numele tău: _____

DESCHIDERE — Contract de grup și intenție personală

De ce ești aici astăzi?

Scrie, în cuvintele tale, ce te-a adus la acest workshop. Nu trebuie să fie perfect — trebuie doar să fie sincer.

Ce vrei să fie diferit în viața ta după aceste 3 ore?

Pe o scară de la 1 la 10, cât de pregătit(ă) te simți să te uiți sincer la tiparele care te țin pe loc?

1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8 — 9 — 10

Oprește Vocea Care Te Sabotează | laurentiu-guran.ro | © Laurențiu Guran 2026

Contractul meu cu mine:

Astăzi aleg să fiu deschis(ă), sincer(ă) cu mine și să las judecata deoparte. Ceea ce descopăr aici rămâne între mine și mine — și e un pas înainte, nu o confirmare că ceva e „în neregulă” cu mine.

Semnătura ta (simbolică): _____

MODULUL 1: „De ce te sabotezi”
