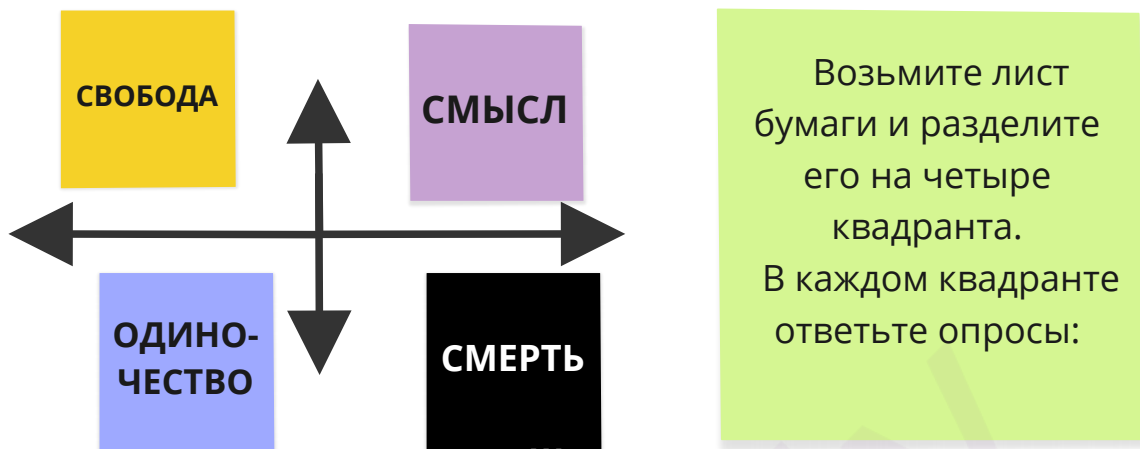


ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ КОМПАС



Свобода:

- Как вы используете свою свободу выбора?
- Какие решения вы откладываете?
- Что ограничивает вашу свободу?

Смысл:

- Что придает смысл вашей жизни?
- Какие ценности вы реализуете?
- Где вы чувствуете пустоту или отсутствие смысла?

Одиночество:

- Как вы справляетесь с чувством одиночества?
- В каких отношениях вы чувствуете подлинную связь?
- Где вы чувствуете себя изолированным?

Смерть:

- Как осознание конечности жизни влияет на ваши решения?
- Что вы хотели бы оставить после себя?
- Какие аспекты жизни вы откладываете "на потом"?

1. Проведите линии между квадрантами, отмечая, как эти аспекты влияют друг на друга в вашей жизни.
2. Проанализируйте свои ответы и выявите повторяющиеся темы или проблемы.
3. Запишите 3-5 ключевых выводов о качестве вашей жизни по результатам.
4. Исходя из полученных инсайтов, составьте конкретный план действий для улучшения качества жизни.

ЕКЗАМЕНЦІАЛЬНИЙ КОМПАС

Робоче листя

Имя: _____

Дата: _____

Важно: _____

СВОБОДА

СМЫСЛ

ОДИННО-
ЧЕСТВО

СМЕРТЬ

