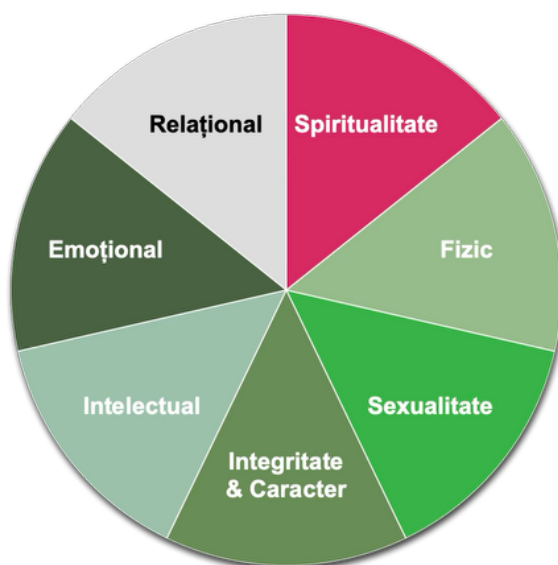


Cum să devin persoana potrivită



Ca să devii persoana potrivită este important să urmărești dezvoltarea ta personală. Mai jos îți oferim câteva întrebări de reflecție pentru fiecare din domeniile de mai sus.

- **Spiritual** - Cum arată relația mea cu Dumnezeu? Ce discipline spirituale practic? Cum arată viața mea zilnică cu El dincolo de acestea? Aparțin unei biserici locale? Am mentori spirituali? Cum îmi folosesc darurile pentru a-i sluji pe alții?
- **Fizic** - Corpul meu este templul Duhului Sfânt. Cum am grijă de corpul meu zilnic? Nutriție, mișcare, odihnă, somn, hidratare, etc.
- **Sexualitate** - Cum îmi gestionez sexualitatea? Trăiesc în curăție? Dau socoteală cuiva legat de luptele mele sexuale? Caut intimitatea non-sexuală/afectivă în mod sănătos în relații cu alții?
- **Integritate și caracter** - Viața mea privată reflectă valorile mele? Cum gestionez timpul, gândurile, banii, folosirea tehnologiei, etc. - când nu mă vede nimeni? Care sunt micile compromisuri pe care le justific? Cu ce dependențe mă confrunt?
- **Intelectual** - Minte noastră are nevoie de stimulare, sens și de coerență. Ce mă stimulează intelectual? Ce cărți citesc? Cum îmi dezvolt gândirea critică?
- **Emoțional** - Mi-am procesat bagajele emoționale din trecut? Cum gestionez emoțiile intense? Cum cer cu vulnerabilitate susținere emoțională din partea altcuiva când am nevoie?
- **Relațional** - Cine sunt oamenii care mă cunosc cu adevărat și mă încurajează în creșterea mea? În cine investesc eu? Cum pun limite sănătoase în relațiile mele? Care a fost o experiență recentă în care am greșit și mi-am cerut iertare?



MAI BINE
ÎMPREUNĂ

www.maibineimpreuna.com