



Ми можемо змінити своє життя, змінивши лише ставлення. Це дуже просто: коли ми мислимо інакше, ми й відчуваємо інакше, а значить, поведимось інакше, і в результаті - досягаємо інших результатів.

- Що ви думали, коли вам доводилось робити те, що ви не хотіли робити?
- Що ви тоді відчували – агресивність, страх, впевненість, захоплення, шок, бажання діяти?
- Як ви вчинили? Чи намагалися ви уникнути певних дій?
- Що ви отримали в результаті? Якими були наслідки?