

KARTA PRAKTYKI

Intencja i integracja

Od deklaracji do zgodności działania

Wybierz jedno ważne działanie z ostatnich dni.

Sprawdź intencję, formę i skutek, a potem wybierz małą korektę.

1. SYTUACJA

Jakie działanie lub rozmowę wybieram?

2. INTENCJA

Co chciałem lub chciałam wnieść?

3. FORMA

Jak faktycznie odpowiedziałem lub odpowiedziałam?

4. SKUTEK

Co to zrobiło mnie, relacji i kierunkowi?

5. KOREKTA

Co zrobię następnym razem o stopień bardziej zgodnie?

Intencja nie wymaga doskonałości. Sprawdza się w gotowości do korekty.

Po tygodniu sprawdź: czy forma działania lepiej wyraża wybrany kierunek?