



Discover Yourself



Zainab Omarah
Financial Journaling Coach

Discover Yourself

يعني إيه وعي ذاتي بالنسبالك؟

١

هل تعتقدي إن عندك وعي ذاتي قوي
؟ليه آه وليه لأ؟

٢

إيه الصفات اللي بتعتقدي إن
الشخصيات اللي عندها وعي ذاتي بتميز
بيها؟

٣

هل بتفكري في حياتك اليومية؟ ولو
كنتي بتعملي كدة فعلاً إيه الفوائد
اللي لمستيتها؟

٤

اكتبي عن تجربة شخصية عيشتها وكان
ليها أثر إيجابي على وعيك بذاتك.

٥

Discover Yourself

إيه الأمور اللي واقفة عقبه في طريق
فهمك لنفسك؟

٦

إيه الخطوات اللي بتعملها بشكل يومي
علشان تزودي من وعيك بذاتك؟

٧

إزاي الوعي الذاتي ممكن يآثر على
علاقاتك الشخصية وعلى احترامك
لذاتك؟

٨

إزاي ممكن تستفيدي من كتابة
اليوميات في زيادة الوعي بشكل
يومي؟

٩

إيه هو التأثير الإيجابي اللي نفسك
يحصل في حياتك بشكل عام لما وعيك
بذاتك يزيد؟

١٠