

THE DO\W

THE CONVERSATION CARDS

Authentic and Meaningful Connection

THE DO\W

Bu kartlar aşağıdaki alanlarda kullanıma uygundur:

- Koçluk ve mentorluk seansları
- Liderlik ve ekip içi çalışmalar
- Kişisel gelişim ve içsel keşif
- Günlük farkındalık ritüelleri

Her gün ve herkes için

THE DO\W

UYGULAMA ESNASINDA

- Soruyu sesli olarak oku
- Düşünmek için kendine alan tanı
- Cevap vermek için acele etme
- Sadece dinle, o alanda kal
- Cevaplarını yazabilir, içgörülerini not alabilir veya başkasıyla tartışabilirsin

Her gün ve herkes için

THE DO\W

ZİHİN

Sana artık hizmet
etmeyen ama hala iç
sesini şekillendiren
hangi düşünce
kalıpları var?

01

Her gün ve herkes için

THE DO\W

R U H

Hedefler ve
başarıların ötesinde,
şuanki hayat
dönemine anlam
katan şey nedir?

02

Her gün ve herkes için



THE DOW

BEDEN

Duygularının
bedenini nasıl
etkilediğini hiç fark
ettin mi?

03

Her gün ve herkes için

THE DO\W

ZİHİN

Bir şey adaletsiz ya
da can sıkıcı
geldiğinde,
düşüncelerinin
nereye gittiğini fark
ediyor musun?

04

Her gün ve herkes için

THE DO\W

R U H

S e v i l m e k s e n i n i  i n
n e a n l a m a g e l i y o r v e
b u d u y g u h a y a t ı n d a k i
s e  i m l e r i n i n a s ı l
e t k i l i y o r ?

05

Her gün ve herkes için



THE DOW

BEDEN

Seni akışta tutan
şey ne? Renkler,
kokular, alarmlar,
olumlamalar ya da
belki dua?

06

Her gün ve herkes için