

— Маските, които носим —



Как ме виждат
другите



Пример: силен, забавен,
уверен, спокоен,
самостоятелен...

Как се чувствам
вътрешно



Пример: тревожен, самотен,
претоварен, несигурен,
уплашен...



Понякога това, което показваме на света,
не е същото като това, което преживяваме вътре в себе си.



Саморефлексия



Кога се преструвам, че съм добре?



Какво се страхувам да покажа на другите?



Пред кого мога да бъда истински себе си?



Как бих се чувствал, ако можех да бъда напълно себе си?

