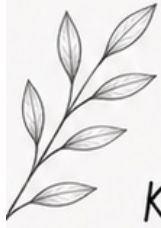


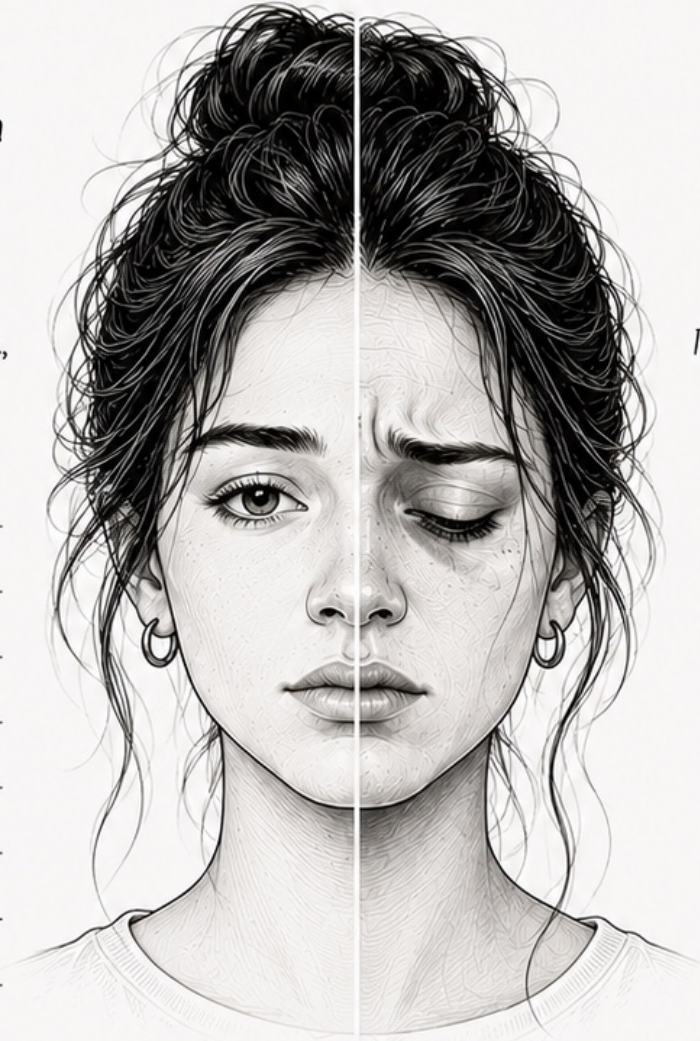
— Маските, които носим —



Как ме виждат
другите



Пример: силна, забавна,
уверена, спокойна,
самостоятелна...



Как се чувствам
вътрешно



Пример: тревожна, самотна,
претоварена, несигурна,
уплашена...



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 чувствала, ако можех да бъда напълно себе си? _____

