

# Vnitřní holka

*Anna Bartošová*

---

**Co je to vnitřní dítě?**



**Jaké projevy zraněného dítěte vidím sama u sebe?**

---

---

---



**Meditace: Jak vypadala tvá vnitřní holka?**

---

---

---

**Co pro ni můžeš udělat?**

---

---

---

**Tipy pro práci s vnitřním dítětem:**

---

---

---



**Mé AHA momenty:**

---

---

---

---



**→ "Tahák na emoce" zdarma  
v kongresovém balíčku**



**Můj první krok je:**

---

**Udělám ho (kdy):**

---