



justInBrain

CELE ROCZNE

1. W KAŻDEJ Z WYMIENIONYCH KATEGORII ZASTANÓW SIĘ I ZAPISZ, CO ROBISZ DOBRZE, CO CHCESZ KONTYNUUOWAĆ?
2. W KOLEJNYM KROKU POMYŚL, CZEGO CI BRAKUJE, O CO CHCESZ WZMOCNIĆ DANĄ KATEGORIĘ?
3. PRZYGLĄDAJĄC SIĘ SWOIM ODPOWIEDZIOM, WYZNACZ SOBIE **JASNY, SPRECYZOWANY CEL**.
ZASTANÓW SIĘ, CO KONKRETNIE CHCESZ ZROBIĆ, ŻEBY WZMOCNIĆ DANĄ KATEGORIĘ, O TO, CZEGO POTRZEBUJESZ.

KATEGORIA	CO ROBIĘ DOBRZE?	CZEGO MI BRAKUJE?	CEL (JAK CHCĘ TO ZMIENIĆ?)
RODZINA			
RELACJE Z PRZYJACIÓŁMI			
RELACJA Z PARTNERKĄ/ PARTNEREM			
PRACA LUB SZKOŁA			
KONDYCJA FIZYCZNA			
ODPORNOŚĆ PSYCHICZNA (ZDROWIE PSYCHICZNE)			
ROZWÓJ OSOBISTY/ DUCHOWY/			
..... Twój dodatkowy obszar			