



justInBrain

CELE ROCZNE

1. W KAŻDEJ Z WYMENIONYCH 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/ | | | |
| | | | |