



MOJE WYZWANIE

1. Pomyśl o jakimś ważnym dla ciebie celu lub wyzwaniu

- Wyobraź sobie siebie, kiedy już ten cel osiągniesz. Zobacz oczami wyobraźni, jak wtedy wygląda twoje życie i co się w nim zmieniło

2. Odpowiedz sobie na pytania:

- Co pomaga mi zrealizować mój cel?
- Jeśli osiągnę swój cel, jakie wartości będą dla mnie ważne? Jakim człowiekiem wtedy będę?
- Co jest dziś dla mnie ważne? W co wierzę, a w co nie wierzę?
- Jakie mam cechy i umiejętności, żeby osiągnąć mój cel?
- Co zrobię, aby dążyć do celu? Jakie działania podejmę?

