

KARTA PRACY 7

**Samocena: Rzeczy, które
powinienieś PRZESTAĆ robić**



Lista czego nie robić

To co mnie rozprasza i
marnuje mój czas

To co mnie stresuje i napawa
niepokojem

To co pozbawia mnie energii

To za czego wykonanie czuję
się odpowiedzialny/a

To co właściwie nie musi
być zrobione

To nad czym nie mam kontroli/
co nie należy do moich
obowiązków

Moje top 5 czego nie robić

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	