



Ćwiczenie 10.2. Źródła samooceny

Twoje życie składa się z różnych obszarów, które mogą być źródłem Twojej samooceny.

Wyobraź sobie swoje życie jako regał z książkami, w którym różne półki reprezentują różne obszary Twojego życia:

Wypełnij półki różnymi obszarami Twojego życia.

Czy znajdujesz półki, do których nie zaglądałeś/łaś od dawna?

Czas wolny		Hobby
Praca	Zdolności	
Relacje		Wygląd