

# Zeszyt samoświadomości



Ten zeszyt należy do:

Moje sukcesy:

Moje mocne strony:

Rzeczy, które sprawiają mi przyjemność:

Moje sytuacje problemowe:

Rzeczy, za które jestem wdzięczn\_:

Moje zniekształcenia poznawcze:

Rzeczy, które chcę zrobić przed śmiercią:

Zależy mi, aby osiągnąć:

Rzeczy, które mnie zawsze zapalają:

Jeśli złowię złotą rybkę, poproszę ją o:

Gdy jest mi ciężko, pomagają mi:

Książki, które w najbliższym czasie chcę przeczytać. Filmy, które chcę obejrzeć.  
Gry, w które chcę zagrać:

Co w moim życiu chcę, aby było inaczej  
niż jest obecnie:

Potrzebuję pomocy w:

Przepis na ulubioną potrawę:

Co mi się śniło? Co o tym myślę?:

Co odkładam?:

Czego się boję?:

Co kocham?:

Za czym tęsknię?:

Co mnie najbardziej złości?:

Co mi kiedyś sprawiało przyjemność, ale  
tego nie robię?

Co o tym wszystkim myślę?