Čo? No a čo? Čo teraz?

Pracujte vo dvojiciach a vychádzajte z vlastnej nedávnej skúsenosti. Odpovedajte konkrétne, nie všeobecne. List si ponecháte.

1. Čo? Napíšte 3 až 5 viet, ktoré opíšu, čo sa stalo.

2. No a čo? Prečo je táto udalosť dôležitá? Čo ste si mysleli alebo cítili?

3. Čo vám to ukázalo o vás samých alebo o iných?

4. A čo teraz? Jedna zmena alebo vylepšenie, ktoré by ste mohli vyskúšať nabudúce.

5. Jeden pozitívny zvyk, ktorý si chcete zachovať.

Meno: _____ Dátum: _____

Spolufinancované Európskou úniou

DEQ-2023-2-SK02-KA220-YOU-000177746