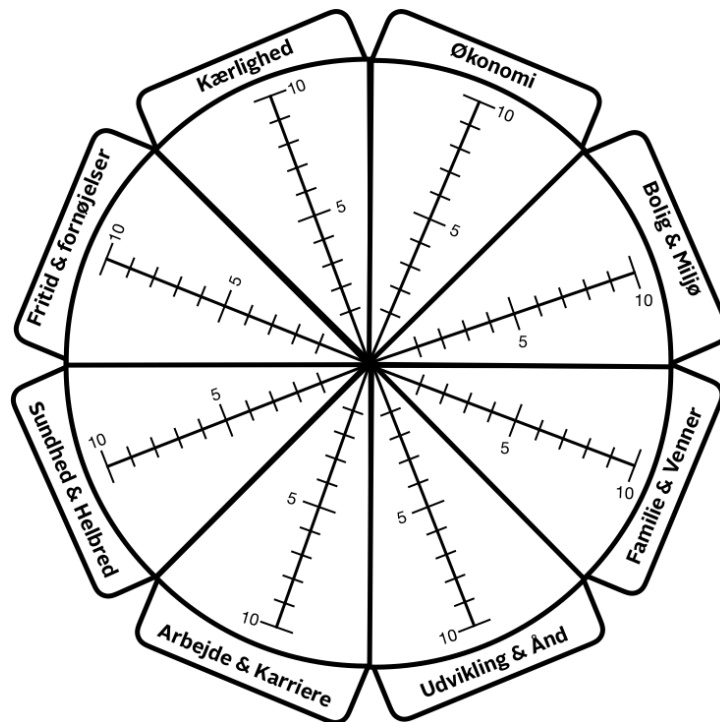


Spørgsmål til ugens refleksioner

Overvejelser og refleksioner om den sidste uge:

Dato:



1. Hvad var mit bedste resultat i denne uge?
2. Hvilken situation den sidste uge var den værste og mest negative og hvorfor?
3. Hvad lærte jeg i denne uge? Hvad kan jeg tage med i næste uge?
4. Hvad var min største udfordring i denne uge?
5. Hvornår følte jeg mig mest stresset, udmattet eller ude af balance? Hvordan har jeg taget vare på mig selv i denne uge?
6. Hvad var den sidste uges største tidsrøver? Hvad kan jeg bruge mere eller mindre tid på?
7. Hvordan påvirkede frygt og usikkerhed, hvad jeg gjorde og undlod at gøre?
8. Bør jeg give et stort "TAK" til nogen? Hvad er jeg mest taknemmelig for i denne uge?