Kontrakt med mig selv

Nedenfor skriver jeg under på, at jeg vil overholde kontrakten med mig selv under og efter forløbet.

Signatur:.....

Jeg forpligter hermed mig selv til at bruge de værktøjer, jeg får til at:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Jeg vil bruge tiden på og efter forløbet til at reflektere over, hvordan jeg gør det ovenstående.