

Zapis o odgovornosti

V naslednjih nekaj dneh posvečaj posebno pozornost svojim dejanjem. Zapiši si stvari, ki jih rečeš in narediš in so izrazito odgovorne. Zapiši tudi tisto, kar rečeš in narediš in hkrati veš da ni odgovorno.

Dejanje	Odgovorno?	Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje	Odgovorno?	Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje	Odgovorno?	Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje	Odgovorno?	Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje

Odgovorno?

Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje

Odgovorno?

Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje

Odgovorno?

Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje

Odgovorno?

Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Dejanje

Odgovorno?

Odzivi drugih

Spoznal sem _____

Moram ...Hočem

Napiši seznam stvari, za katere misliš, da jih **moraš delati**. Piši čimbolj natančno in ne splošno.

Primeri:

Narediti moram domačo nalogo.

Moram ostati doma.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

Pozitivne trditve notranjega dialoga (Zakaj je to dobro zate?)

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____