

# WORKBOOK PENÍZE MOJE SEBEHODNOTA

## **Co z toho, co jsem dnes dělala, pro mě mělo největší hodnotu?**

Projdi si všechny činnosti, které jsi dnes dělala a vypiš si ty, které v tvých očích mají největší hodnotu.

## **Jaké věty nejčastěji říkám, když mluvím sama se sebou?**

Pozoruj dnes nebo tento týden sama sebe a vypiš si věty nebo slova, které nejčastěji říkáš sama sobě v různých situacích.

## **Napiš 20 věcí, kterých si sama na sobě ceníš?**

Napiš si nejméně 20 věcí, které sama na sobě oceňuješ. Ať už jsou to vlastnosti, dovednosti, zkušenosti nebo překonané výzvy.