

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 1

**Największe wyzwanie w czasie,
gdy byłam w domu
z dzieckiem, to: ?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 2

**Co się najbardziej zmieniło
w moim życiu?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 3

Z czego jestem dumna?

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 4

**Jakie nowe umiejętności
zdobyłam?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 5

Jakie dwie swoje słabe strony odkryłam?

Trzeba być świadomym nawet tych słabych stron,
żeby móc coś zmieniać i budować nowe i lepsze :)

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 6

**Czego się o sobie
dowiedziałam?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 7

**W kim mam
prawdziwe wsparcie?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 8

**Co jest dla mnie
naprawdę ważne?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 9

**Jakie mocne strony
w sobie odkryłam?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 10

**Co jest dla mnie naprawdę ważne?
Jakie wartości stawiam teraz
na pierwszym miejscu?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 11

Wcale nie tęsknię za

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 12

**Co zrobiłabym z godziną
wolnego w ciągu dnia?**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 13

Nabrałam dystansu do:

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 14

**Moje trzy porady dla innych mam
wracających do pracy:**

1) 2)..... 3).....

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 15

Jak reaguję na problemy?

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 16

**Najlepiej wypoczywam,
gdy:**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 17

**Pasje, o których istnieniu
zapomniałam, to:**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 18

**Zachowanie, które chcę zmienić,
by czuć się lepiej z samą sobą:**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 19

**Mój sposób na radzenie sobie
ze stresem:**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 20

Odkryłam swój talent do:

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 21

**Wymień minimum 5
„sprawności”, jakie zdobyłaś.**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 22

Co się zmieniło na lepsze w moim zachowaniu oraz podejściu do innych osób i do problemów?

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 23

**Najwięcej radochy
sprawia mi:**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 24

**Najlepiej czułabym się
w pracy, w której....**

MAMUSIOWY CHALLENGE

DZIEŃ 25

Praca, w której najpełniej bym się realizowała to taka, w której mogłabym wykorzystać tych 5 kompetencji:

MAMUSIOWY CHALLENGE

PODSUMOWANIE

1. Przeglądnij notatki I napisz swoje wnioski z tego challengeu.
2. Co odkryłaś nowego o sobie?
3. Wymień:
 - a. Trzy swoje umiejętności
 - b. Trzy mocne strony
 - c. Trzy największe atuty ważne z perspektywy rozwoju zawodowego
4. PODSUMUJ CAŁY CHALLENGE JEDNYM ZDANIEM.