

# Audiobook Jesteś niesamowicie mądry (ty wariacie)

## Lekcja 4 - zadanie

Wypisz z ostatniego tygodnia 5 rzeczy, które mogły wpłynąć na podniesienie twojego poczucia wartości. Zastanów się i wypisz co odkładasz na później, jakie sprawy masz do załatwienia, może są to niewyjaśnione kwestie w pracy, w domu, w relacjach ze znajomymi, a może urzędowe, które nie dają ci spokoju, ale nic z nimi nie robisz..