

PRACOVNÍ LIST

MOJE SRPNOVÁ SKLIZEŇ

CO JSEM ZASADILA, CO DOZRÁLO A CO SI NESU DÁL

Dopřej si čas, klid a šálek čaje. Tento pracovní list není test ani hodnocení. Je to pozvání podívat se zpět s laskavostí a přijmout plody toho, co jsi v tomto roce pěstovala.

Část první - moje letní záměry a co se z nich stalo

Co jsem si na začátku léta přála nebo plánovala - v životě, v rodině, v sobě:

Co z toho se naplnilo - i jinak, než jsem čekala:

Co nevyrostlo tak, jak jsem si představovala - a co mě to naučilo:

Co vzklíčilo nečekaně a překvapilo mě:

Část druhá - moje sklizeň ve třech rovinách

Sklizeň výsledků - co jsem v tomto roce dokončila, vytvořila nebo dokázala. Napiš alespoň pět věcí, i malých, i zdánlivě samozřejmých:

Sklizeň růstu - kde jsem v tomto roce vyrostla. Kde jsem dnes odvážnější, klidnější, moudřejší nebo laskavější než na začátku roku:

Sklizeň vztahů - co se v mých vztazích prohloubilo, uzdravilo nebo přišlo nového.
Za koho nebo za co v oblasti vztahů jsem vděčná:

Část třetí - vědomé přijetí

Jedna věc ze své sklizně, které chci věnovat zvláštní pozornost a přijmout ji
naplno - i když to není dokonalé, i když to není hotové:

Věta svědka - napiš jednu větu, která uznává tvoje úsilí a tvůj růst bez hodnocení
a bez ale. Začni slovy - věnovala jsem, zvládla jsem, naučila jsem se, nebo vyrostla
jsem v:

Část čtvrtá - záměry pro zbytek léta a pro září

Co chci v srpnu ještě sklidit - co dozrává a čeho se chci vědomě ujmout:

Co si nesu z léta do podzimu - jakou sílu, jakou moudrost, jaký dar:

Jeden záměr pro září - konkrétní, realistický, s radostí: