

**Aby zagłębić się w swoją osobowość, poznać swoje emocje, zachowania spróbuj napisać, list do siebie (odczytasz go za 5 lat).**

- Opisz, w jakim momencie życia jesteś.
- Co Cię cieszy a co smuci?
- Określ czy jesteś z siebie zadowolona/y.
- Czego oczekujesz od rodziców, szkoły, rówieśników?
- Jakiej przyszłości dla siebie pragniesz?

Po napisaniu listu pomyśl - Czy emocje, które teraz przeżywasz, będą ważne również za 5 lat?