

PYTANIA DO PRZEMYŚLENIA

- **Każdemu zdarza się od czasu do czasu wpaść w pułapkę przeciążenia i dekoncentracji. W jaką pułapkę Ty wpadasz najczęściej?**
- **Co Cię najbardziej rozprasza wtedy, gdy akurat trzeba się skoncentrować?**
- **Gdy trafia Ci się wolna chwila, co wtedy robisz? Gdzie podążają Twoje myśli?**
- **Co zyskujesz, gdy jesteś w stanie gotowości? Co zyskują Twoi najbliżsi?**
- **Co Ci doskwiera, gdy nie jesteś w stanie gotowości? Jak to się odbija na Twoich najbliższych?**
 - **Jakiego rodzaju sprawy przeważają w Twoim świecie? W jaki sposób radziłeś sobie z nimi do tej pory? Czy uznajesz ten sposób za wystarczająco skuteczny?**
- **Czy miewasz czasem kłopoty z zasypianiem? Co Cię wtedy wybija ze snu?**

D. Allen, M. Williams, M. Wallace „Getting Things Done dla nastolatków”

