

## Ćwiczenie 2: Mój porządek

To ćwiczenie polega na zadaniu sobie pytań i przyjrzeniu się temu, z jakimi przeszkodami się mierzysz, co jest dla Ciebie ważne, dlaczego chcesz wprowadzić zmiany oraz jakie efekty te zmiany przyniosą.

Zajmie Ci ono do 30 minut, ale wystarczy, że zrobisz je raz, nie musisz go powtarzać. Jeśli dziś nie jesteś w stanie napisać odpowiedzi, daj sobie kilka dni na ich przemyślenie. Szukaj ich podczas gotowania, prasowania czy mycia podłóg, ale też gdy spędzasz czas na odpoczynku. Te odpowiedzi są w Tobie, musisz je tylko odkopać spod natłoku różnych spraw :).

**Co do tej pory było dla mnie największą przeszkodą w utrzymaniu porządku?**

---

---

---

---

**Dlaczego chcę mieć porządek?**

---

---

---

---

**Jakie pozytywne zmiany wniesie do mojego życia porządek?**

---

---

---

---

**Jak wygląda mój wymarzony dom? Jak jest zorganizowany?**

---

---

---

---

**Jaką jestem panią domu w wymarzonym domu? Jak się ubieram, jak o sobie dbam, co robię?  
Jakie sprawy w domu ogarniam?**

---

---

---

---

**O co dbają domownicy wymarzonego domu? Jakie mają zadania? Jak wygląda ich wspólne ustalenie?**

---

---

---

---

# Hej!

Jeśli masz ochotę podzielić się ze mną odpowiedziami na te pytania  
i wyślij je na adres: [kurs@niebalaganka.pl](mailto:kurs@niebalaganka.pl)

