

Πλάνο Πρακτικής

Ημερομηνία:

- Μία κατάσταση ή συνθήκη στην οποία θα εφαρμόσω τεχνική:

- Καθημερινές δραστηριότητες που θα μου θυμίζουν να κάνω πρακτική:

- Τι οφέλη βίωσα; τι κέρδισα από την πρακτική μου;

Ημερομηνία:

- Μία κατάσταση ή συνθήκη στην οποία θα εφαρμόσω τεχνική:

- Καθημερινές δραστηριότητες που θα μου θυμίζουν να κάνω πρακτική:

- Τι οφέλη βίωσα; τι κέρδισα από την πρακτική μου;

Ημερομηνία:

- Μία κατάσταση ή συνθήκη στην οποία θα εφαρμόσω τεχνική:

- Καθημερινές δραστηριότητες που θα μου θυμίζουν να κάνω πρακτική:

- Τι οφέλη βίωσα; τι κέρδισα από την πρακτική μου;

Ημερομηνία:

- Μία κατάσταση ή συνθήκη στην οποία θα εφαρμόσω τεχνική:

- Καθημερινές δραστηριότητες που θα μου θυμίζουν να κάνω πρακτική:

- Τι οφέλη βίωσα; τι κέρδισα από την πρακτική μου;

Ημερομηνία:

- Μία κατάσταση ή συνθήκη στην οποία θα εφαρμόσω τεχνική:

- Καθημερινές δραστηριότητες που θα μου θυμίζουν να κάνω πρακτική:

- Τι οφέλη βίωσα; τι κέρδισα από την πρακτική μου;
