ADIMIO | Çalışma formu

Sakinleşme molası nasıl planlanır çalışma tablosu

Bu formu kendi hedeflerine göre doldur. Gereksiz kişisel bilgi yazma.

Tarih: _____ Hedef: _____

Durum	Güvenli yer	Dönüş zamanı	Sonraki soru

Değerlendirme

Ne işe yaradı? _____

Neyi değiştireceğim? _____

Bir sonraki adımım: _____