Tedenski pregled energije

Kje ti je teden vzel moč in kje ti jo je vrnil.

> Izgorelost nastane postopoma, zato jo je težko opaziti od znotraj. Prebrskaj koledar zadnjega tedna in vpisuj **konkretne dogodke**, ne kategorij. Nato izberi eno stvar, ki jo odstraniš, in eno, ki jo dodaš.

Kaj mi je vzelo

DOGODEK	JE BILO NUJNO?	JE BILO MOJE?

Kaj mi je dalo

DOGODEK	KOLIKO ČASA	BI LAHKO POGOSTEJE?

Naslednji teden

Odstranim ali skrajšam

Dodam