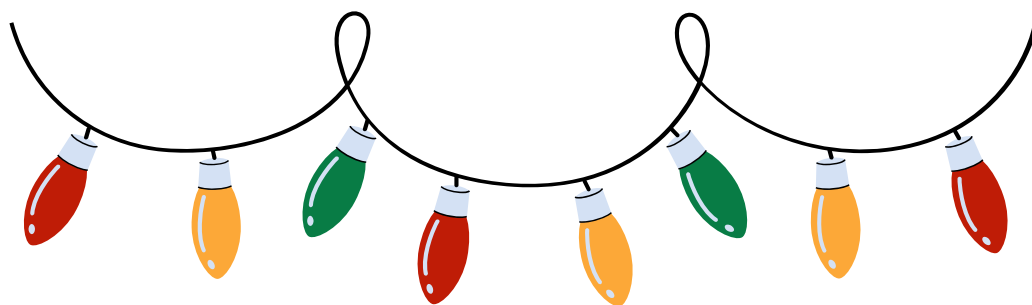


PYTANIA 2024/2025



Za 2024

- 1. Kim byłaś/-eś w mijającym roku?**
- 2. Jaka byłaś/-eś w mijającym roku?**
- 3. Najważniejsze wydarzenia mijającego roku to ...?**
- 4. Kto miał na Ciebie największy wpływ w mijającym roku?**

- 5. Na kogo miałaś/-eś największy wpływ w mijającym roku?**
- 6. Które relacje wymagały od Ciebie najwięcej wysiłku?**
- 7. Granice, które udało mi się wyznaczyć, to...?**
- 8. Co Cię napędzało?**
- 9. Co Cię powstrzymywało?**
- 10. O jakie swoje wartości się zatroszczyłaś/-eś?**
- 11. Jakie Twoje wartości nie znalazły dość Twojej uwagi?**
- 12. Co doceniłaś/-eś w mijającym roku?**
- 13. Kogo doceniłaś/-eś w mijającym roku?**
- 14. Jak celebrowałaś/-eś życie w mijającym roku?**
- 15. Jak zatytułowałabyś / zatytułowałbyś mijający rok, gdyby był książką?**

16. Które momenty dawały Ci frajdę?

17. Które momenty przyniosły zaskoczenie?

18. Które momenty były przełomowe?

19. Która umiejętność była dla Ciebie najbardziej użyteczna?

20. Jakie decyzje były w mijającym roku kluczowe?

21. Twoje słowo mijającego roku to ...?

22. Twoje podejście do sportu w mijającym roku to ...?

23. W co zainwestowałaś/-eś najwięcej swojego czasu?

24. W kogo zainwestowałaś/-eś najwięcej swojego czasu?

25. Co Cię najbardziej pozytywnie zaskoczyło?

26. Co Cię rozczarowało?

- 27. Najmilsze wspomnienie związane z ludźmi to ...?**
- 28. Najmilsze wspomnienie niezwiązane z ludźmi to ...?**
- 29. Co w mijającym roku zgubiłaś/-eś?**
- 30. Co w mijającym roku znalazłaś/-eś?**
- 31. Czego się nowego nauczyłaś/-eś?**
- 32. Z czego jesteś dumna/-y w mijającym roku?**
- 33. Do kogo nie odezwałaś/-eś się w mijającym roku?**
- 34. Z kim rozmawiałaś/-eś najczęściej?**
- 35. Rzecz, której nie zrobiłaś/-eś, choć chciałaś/-eś, to ...?**
- 36. Co lub kto Cię zainspirował?**
- 37. Czego miałaś/-eś za mało?**
- 38. Czego miałaś/-eś za dużo?**

39. Jaki nowy nawyk wprowadziłaś/-eś?

40. Jaki nowy nawyk stał się Twoją codziennością, choć nie chcesz?

41. Jaki nawyk wyeliminowałaś/-eś?

42. Kto najczęściej Cię rozweselał?

43. Na kogo najczęściej się złościłaś/-eś?

44. Na co najczęściej się złościłaś/-eś?

45. Co uległo przewartościowaniu?

46. Jaka książka wywarła na Tobie największe wrażenie?

47. Jak odpoczywałaś/-eś?

48. Jakie czynności sprawiały Ci najwięcej satysfakcji?

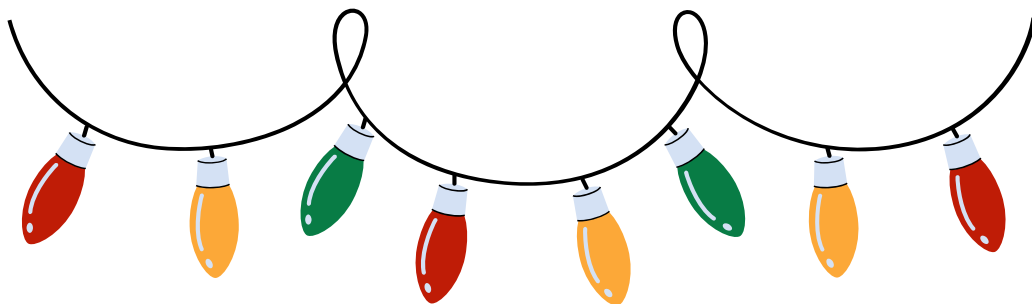
49. Które rzeczy okazały się najbardziej produktywne?

- 50. Na co zmarnowałaś/-eś najwięcej czasu?**
- 51. Jaką nową umiejętność rozwinęłaś/-eś?**
- 52. Co wymagało odwagi?**
- 53. W jaki sposób dbałaś/-eś o finanse?**
- 54. Na co wydawałaś/-eś najczęściej?**
- 55. Za co byłaś/-eś wdzięczna/-y?**
- 56. Jak zadbałaś/-eś o swoje zdrowie fizyczne?**
- 57. Jak zadbałaś/-eś o swoje zdrowie psychiczne?**
- 58. Jak wyglądała Twoja dieta?**
- 59. Kiedy czułaś/-eś, że jesteś ze sobą w harmonii?**
- 60. Które Twoje działania przyniosły najlepsze efekty?**

- 61. Jakie trudności udało Ci się przezwyciężyć?**
- 62. Które swoje sukcesy z mijającego roku doceniasz?**
- 63. Komu wyraziłaś/-eś wdzięczność?**
- 64. Za co wyraziłaś/-eś wdzięczność?**
- 65. Na jakie pytanie znalazłaś/-eś odpowiedź?**
- 66. Czego najbardziej żałujesz w mijającym roku?**
- 67. Co najlepszego zrobiłaś/-eś dla siebie w mijającym roku?**
- 68. Które Twoje osobiste przekonania Ci przeszkadzały lub utrudniały?**
- 69. Które Twoje osobiste przekonania Ci pomagały?**
- 70. Co w mijającym roku zrobiłaś/-eś po raz pierwszy?**
- 71. Jak zmieniłaś/-eś się jako osoba?**

- 72. Co chciałabyś/-chciałbyś zapamiętać z mijającego roku na dłużej?**
- 73. Jakie sytuacje wymagały od Ciebie determinacji?**
- 74. Co było najpiękniejsze w mijającym roku?**
- 75. Jakie uczucia dominowały w Twoim życiu w mijającym roku?**
- 76. Co było trudne?**
- 77. Co było łatwe?**
- 78. Co było warto?**
- 79. Co nie było warto?**
- 80. Jakie decyzje podjęłaś/podjąłeś w tym roku?**
- 81. Jakie zamierzenia zrealizowałaś/-eś?**
- 82. Jakich zamierzeń nie zrealizowałaś/-eś?**

- 83. Jakie zdarzenia pomogły Ci się rozwinąć?**
- 84. Kogo nowego poznałaś/-eś w mijającym roku?**
- 85. Czego się o sobie dowiedziałaś/-eś w mijającym roku?**
- 86. Kto był obok Ciebie najczęściej?**
- 87. Kogo Ci w mijającym roku brakowało?**
- 88. Jakie relacje w mijającym roku zakończyłaś/-eś?**
- 89. W jakich miejscach bywałaś/-eś w mijającym roku?**
- 90. Jakie trzy wnioski możesz wyciągnąć z mijającego roku?**



Na 2025

91. Na co się ze sobą umawiasz?

92. Jakie trzy słowa najlepiej opiszą Twoje intencje na nadchodzący rok?

93. Co stawiasz na pierwszym planie?

94. Jak To zaplanujesz?

95. Jak będziesz o tym pamiętać?

96. Na co masz nadzieję?

97. Czego nie zrobisz?

98. Co chcesz rozwijać?

99. Co chcesz zatrzymać?

100. Co chcesz zostawić?