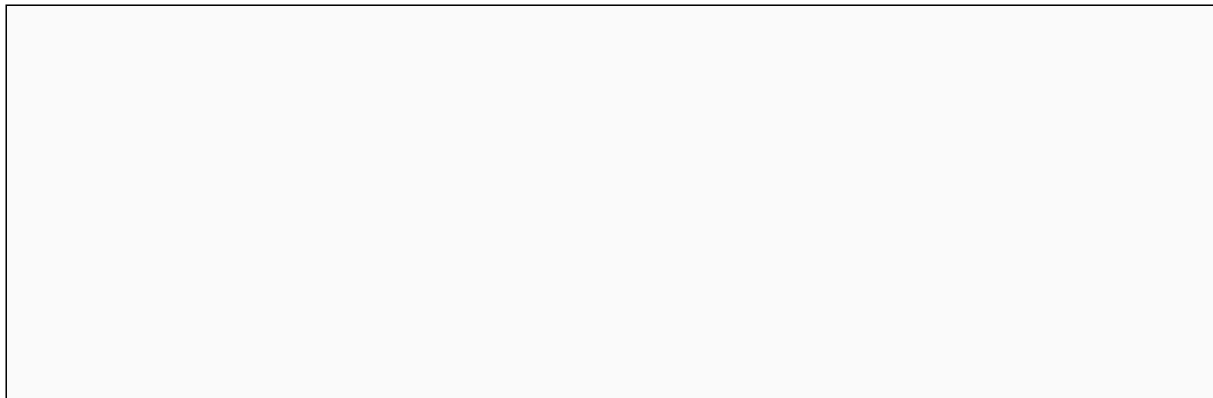


A teraz przyjrzyj się sobie w tych sytuacjach. Jak reagowało Twoje ciało? Jakie myśli Ci towarzyszyły? Jak było Twoje zachowanie? Jaki był Twój sposób radzenia sobie z sytuacją? Czy to właśnie było Twoim zamierzeniem? Czy czujesz z tego powodu zadowolenie?

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write their reflections on the prompts above.