

Vaneliste

Dato :

Nyttige vaner:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Unyttige vaner:

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

HVILKE VANER KAN DU GJØRE NOE MED?

MATRISEN

Bruk denne når du jobber med en vane. En nyttig vane er noe som får deg raskere i mål, mens en unyttig er ikke nødvendigvis dårlig, men den får deg ikke i mål

