

HENKILÖKOHTAINEN MUUTOSSUUNNITELMA



Mitkä kolme asiaa haluan säilyttää / pitää ennallaan elämässäni:

1. _____
2. _____
3. _____

Mitkä kolme asiaa haluan muuttaa elämässäni:

1. _____
2. _____
3. _____

Mitkä asiat estävät muutosta:
