

**OCEŃ, NA ILE BOISZ SIĘ KAŻDEJ Z PODANYCH RZECZY W SKALI  
OD 1 (MAŁO) DO 5 (BARDZO)**

moja przyszłość (szkoła, studia, praca)

nie wyglądanie wystarczająco dobrze

odrzućcie i nie bycie lubianym/lubianą

utrata sprawności fizycznej

ciężka choroba lub śmierć bliskiej osoby

chodzenie do szkoły

budowanie relacji z innymi

przebywanie w tłumie

zmiany klimatyczne

sytuacja na świecie (wojny, kryzysy)

**ZAPISZ PONIŻEJ MINIMUM 1 LĘK, KTÓRY JEST OBECNY  
W TWOIM ŻYCIU, A KTÓRY NIE JEST PODANY W TABELI**