MIND / 091

뉴스를 멈출 시점 정하기

정보를 확인하는 나의 방식.

01

목적

왜 뉴스를 보는지 적어요.

02

시간

확인할 때와 마칠 때를 정해요.

03

상태

보고 난 뒤의 느낌을 살펴요.



NEWS