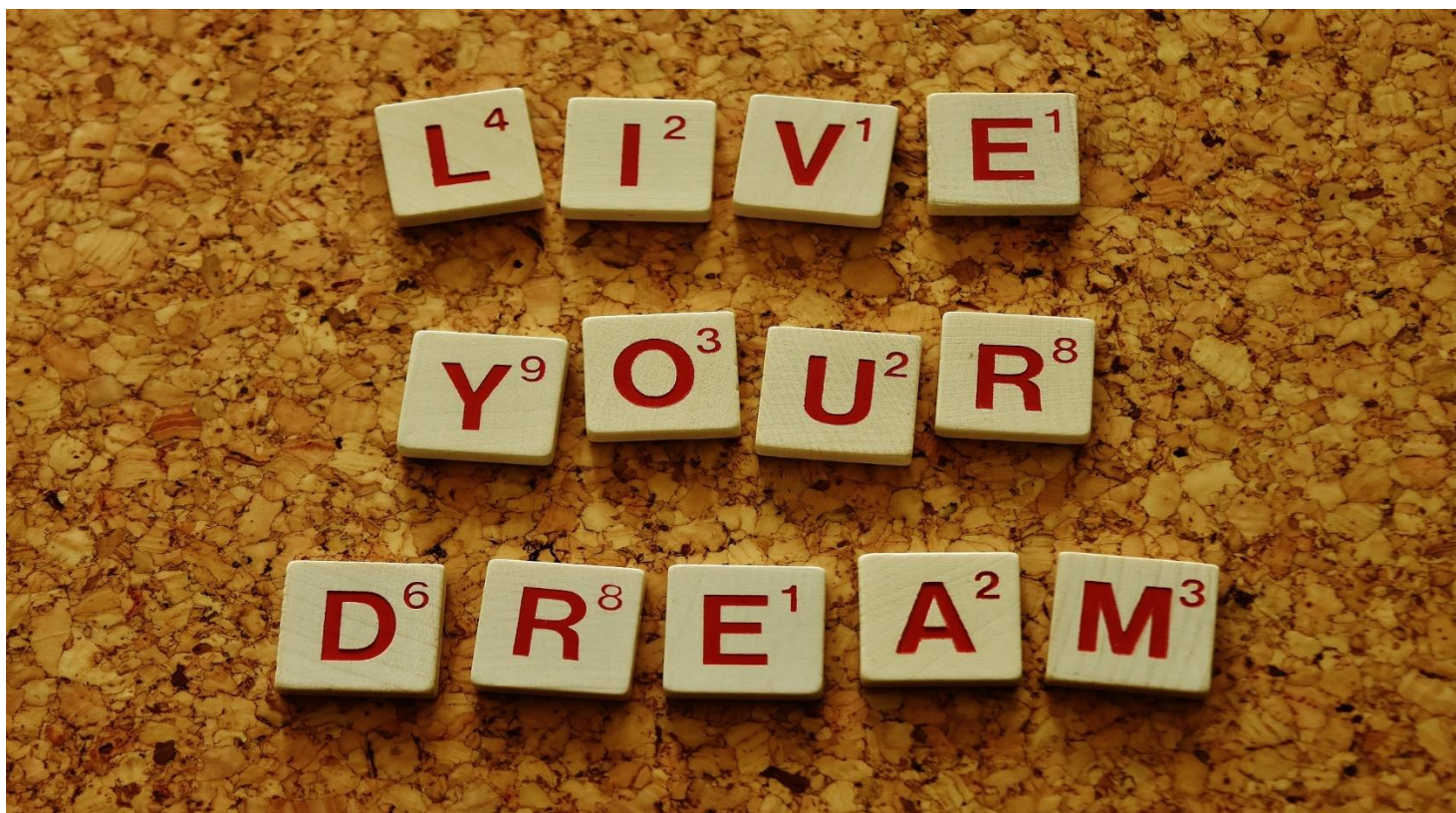


Раздел 13: Избор на подходящи житейски цели и избор на дейности, важни за мен¹ Упражнение 2: Започва да се случва!



¹ Някои от упражненията, предложени тук, са вдъхновени от материали, публикувани на <https://positivepsychology.com>

Историята на Мария – част II

Седмица по-късно Мария и Анна излезнали на разходка и кафе. Анна каза, че има някои идеи, но първо иска да чуе тези на Мария. Мария споделила, че е направила задълбочено проучване за плетенето - какви са възможностите за записване в курс, какво правят другите хора с плетивата, каква е цената на различните видове прежди и т.н. И благодарение на това тя открила, че жените от едно много надеждно НПО (неправителствена организация) в техния град провеждат курс по плетене. Мария се свързала с хората от организация и научила, че курсовете са три пъти седмично и продължават по два часа. Таксата е напълно достъпна, така че Мария планира да го започне. Анна приветствала идеята на Мария и била много доволна от нейната изобретателност. Тя споделила, че планът ѝ също е бил да предложи на Мария да започне курс по плетене, но този, който е намерила, се провежда само онлайн. Анна споделила, че според нея присъственият курс е много по-добър, особено след като Мария ще може да се среща с нови хора и да общува с тях достатъчно често.




Мария споделила, че курсовете по плетене на тази неправителствена организация и всички тези позитивни хора, които работят там, са ѝ дали идеята, че може да прави шапки, шалове, ръкавици, пуловери и да ги дарява на хора в нужда. Анна била толкова ентузиазизирана от това решение, че предлага да подкрепи Мария с всичко необходимо, за да се сбъдне това намерение. Двете се договарят по време на следващата си седмична среща да поговорят подробно за това как да изберат хората в нужда, които да получат плетивата, направени от Мария, и да помислят за снабдяването с прежда.

Дейност 1: Куиз

1. Кой бяха първите стъпки на Мария за постигане на новата житейска цел?

	<p>A</p>	<p>Да разговаря с членовете на нейното семейство и да види дали те подкрепят нейните решения .</p>
	<p>B</p>	<p>Да си купи прежда, куки за плетене, копчета за дрехи и други материали, от които се нуждае за плетене .</p>
	<p>B</p>	<p>Да направи задълбочено проучване на възможностите за постигането на целта.</p>

2. В какъв курс се записва първо Мария?

	<p>A</p>	<p>Курс за придобиване на професионална квалификация</p>
	<p>Б</p>	<p>Курс по плетене</p>
	<p>В</p>	<p>Курс по компютри</p>

3. Какво помогна на Мария да изясни новата си житейска цел?

	<p>A</p>	<p>Съветите на членовете на нейното семейство.</p>
	<p>Б</p>	<p>Идеите, споделени от нейната добра приятелка Анна.</p>
	<p>В</p>	<p>Идея, споделена от младите хора, които тя срещна в курса по плетене</p>