Раздел 13: Избор на подходящи житейски цели и избор на дейности, важни за мен [[1]](#footnote-1)

Упражнение 2: Започва да се случва!



## Дейност 2: Първи стъпки към успеха

Дейността изисква СХИУ да посочат първите три стъпки, предприети от героинята в посока постигане на новата си цел. Тази дейност ще помогне на обучителя да провери до каква степен СХИУ разграничават действията от намеренията в контекста на постигането на целите в живота.

1. Някои от упражненията, предложени тук, са вдъхновени от материали, публикувани на https://positivepsychology.com [↑](#footnote-ref-1)