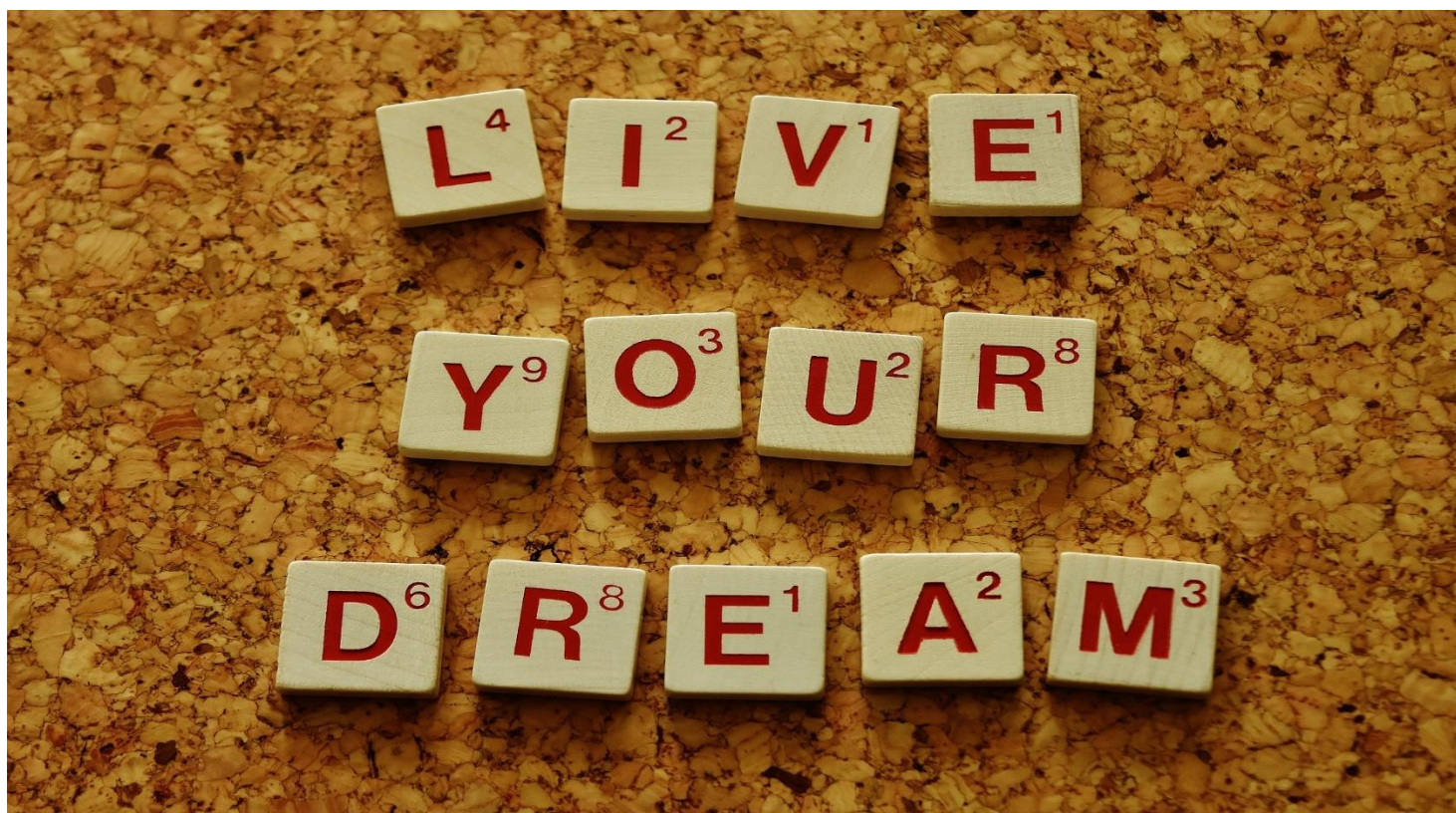


Раздел 13: Избор на подходящи житейски цели и избор на дейности, важни за мен ¹ Упражнение 3: Планът е готов!



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

Дейност 2: „Ако бях на мястото на Мария“ или Какво щях да направя по различен начин?

Тази дейност предизвиква СХИУ да се поставят на мястото на главния герой. Обучителят насърчава СХИУ да влязат в ролята на Мария и да отговорят, какво биха направили по различен начин - биха ли избрали различен път, биха ли консултирали решението си с някой друг, биха ли решили да си поставят различна цел и др. Дейността съдържа спомагателна таблица, която да помогне на СХИУ при структуриране на неговите / нейните мисли.

<p>Решение на Мария, което одобрявам</p> 	<p>Решение на Мария, което не одобрявам</p> 