**Практичне заняття 1.“Цілеутроворення й життєві пріоритети”**

**Завдання 1“Дерево цілей”**

1. Для того щоб примусити теоретичні знання “працювати”, необхідно “прикріплювати” їх до конкретних субстанцій. В даному випадку Вам слід асоціювати дерево цілей особисто з собою. Якщо у Вас є чітко сформульована генеральна мета - візьміть її за основу побудови. Якщо така відсутня, перерахуйте 5-7 цілей високого порядку і сконструюйте їм “надбудову” - формальну генеральну мету, наприклад, “задоволення життям” (мета 0 рівня).

2. Декомпозуйте “великі” цілі (І рівня) в 2-4 цілі ІІ рівня і т. ін. Дійдіть до того рівня деталізації, який дозволить Вам охопити перелік простих дій, які необхідно виконати для досягнення генеральної мети.

3. Привласніть цілям кожного рівня свій колір. Виділіть їх маркерами. Можливо, для Вас зручнішим виявиться вертикальне колірне розділення, у такому разі, об’єднуватися будуть цілі однієї гілки, але різних рівнів. “Грайтеся” з Вашим деревом, поки не зрозумієте: так воно має виглядати!

4. Надайте “дереву” презентабельний вигляд.

*Форма звітності для завдання 1*

|  |  |
| --- | --- |
| **Цілі високого порядку**  | **Цілі ІІ рівня**  |
| 1.  | 1. |
| 2. | 2.  |
| … | … |
| n | n |

**Завдання 2** **“Відповідність цілей і дій”**

1. Випишіть 5 важливих для Вас цілей.

2. 5 основних видів діяльності, якими Ви займаєтеся останнім часом (основних за часом, а не за значимістю).

3. Привласніть кожній меті і дії назви у вигляді заголовних літер (див. таблицю).

4. Тепер занесіть у таблицю позначення

+ має непряме відношення до досягнення мети;

++ має відношення до досягнення мети;

+++ має пряме відношення до досягнення мети.

5. Підсумуйте результати.

6. Відповідно до проставлених позначок намалюйте стрілки між кружечками, зображеними нижче.

+

++

+++

*Форма звітності для завдання 2*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Короткий опис дня** | **Короткий опис цілей** | **Сума дій** |
| **А** | **Б** | **В** | **Г** | **Д** |
| **О** |  |  |  |  |  |  |
| **П** |  |  |  |  |  |  |
| **Р** |  |  |  |  |  |  |
| **С** |  |  |  |  |  |  |
| **Т** |  |  |  |  |  |  |
| **Сума цілей** |  |  |  |  |  |  |

 **О А**

 **П Б**

 **Р В**

 **С Г**

 **Т Д**

Досить нескладно самостійно зробити висновки з вправи, зокрема щодо вірогідності досягнення кожної з цілей.

|  |  |
| --- | --- |
| **№ з/п** | **Висновки до “відповідності цілей і дій”** |
| **1** |  |
| **2** |  |
| **3** |  |

**Завдання 3 “Рольові функції”**

1. Постарайтеся якомога точніше визначити перелік своїх рольових функцій.

2. Запишіть їх на аркуші паперу. Проранжуйте елементи отриманого списку.

3. Спробуйте дати кількісну оцінку кожної з ролей по комплексному показнику: час, що приділяється формально, +/- увага, що приділяється = час, що приділяється фактично.

**Завдання 4 “Успіх по Еймену”**

1. Дайте відповіді на питання в тій послідовності, у якій вони приводяться. Можливо, у Вас піде на це досить багато часу, але це дасть Вам украй важливий матеріал для визначення того, що для Вас означає поняття успіху.

2. Коли закінчите відповідати, уважно прочитайте Ваші відповіді - принаймні двічі - постарайтеся осмислити їх. Поставтеся до них серйозно.

*Шаблони та форма звітності для завдання 4*

1. Оцініть наведені нижче десять понять із погляду їхньої важливості для Вас (I – най- більш важливе, 10 - найменш важливе). Запишіть потім ці поняття в послідовності від I до 10, тобто в порядку убування їх значимості.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **поняття** | **оцінка** |
| **1** | Здоровий глузд  |  |
| **2** | Гроші |  |
| **3** | Особисті відносини |  |
| **4** | Популярність |  |
| **5** | Особисті досягнення |  |
| **6** | Спадщина |  |
| **7** | Чесність |  |
| **8** | Віра в себе |  |
| **9** | Віра у Вищі Сили |  |
| **10** | Думка оточення про Вас |  |

1. Виходячи з того, як Ви відповіли на пункт 1, запишіть, що Ви робите, щоб розвити перші п'ять понять. Успіх - це процес. Що Ви робите, щоб його прискорити?

|  |  |
| --- | --- |
| **1** |  |
| **2** |  |
| **3** |  |
| **4** |  |
| **5** |  |

1. Уявіть собі, що Ви читаєте власну біографію. Виділіть головні події у своєму житті. Відзначте те, що зіграло для Вас вирішальну роль. Що з того, що сталося має для Вас неперевершену цінність?

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Головна подія в житті** |
| **1** |  |
| **2** |  |
| **3** |  |
| **…** |  |

1. Чи приділяєте Ви досить часу людям і речам, які значать для Вас дуже багато? Чи не доводиться Вам приділяти більшу частину часу й енергії тому, що, навпаки, не має для Вас першорядного значення?

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Що не має першорядного значення** |
| **1** |  |
| **2** |  |
| **3** |  |
| **…** |  |

1. У якій віковій групі Ви перебуваєте (отроцтво, юність, повноліття, середній вік)? Наскільки змінювалися Ваші цілі й ціннісні установки при переході з однієї вікової групи в іншу? Наскільки вони, на Вашу думку, можуть змінитися протягом найближчих десяти років?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Цілі й ціннісні установки (тоді)** | **Цілі й ціннісні установки (зараз та через 5-10 років)** |
| **1** |  |  |
| **2** |  |  |
| **3** |  |  |
| **…** |  |  |
| **n** |  |  |

1. Згадайте історію Вашого емоційного розвитку в дитинстві. Наскільки, на Вашу думку, ці зміни сприяли або заважали просуванню до успіху? Як конкретно це відбилося на перемогах і поразках? Наведіть приклади.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Приклад події** | **Відбиток на перемогах / поразках** |
| **1** |  |  |
| **2** |  |  |
| **3** |  |  |
| **…** |  |  |
| **n** |  |  |

1. Назвіть п'ять осіб, які викликають у Вас замилування й бажання наслідувати. Опишіть, що саме Вас в них приваблює, які якості хотілося б Вам перейняти.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Особистість** | **Що приваблює?** |
| **1** |  |  |
| **2** |  |  |
| **3** |  |  |
| **…** |  |  |
| **n** |  |  |

1. Назвіть п'ять осіб, які, навпаки, не викликають у Вас ніяких позитивних емоцій. Поясніть, що саме в них Вас відштовхує. Будьте конкретні.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Особистість** | **Що відштовхує?** |
| **1** |  |  |
| **2** |  |  |
| **3** |  |  |
| **…** |  |  |
| **n** |  |  |

1. Наведіть п'ять прикладів того, як Ви випробували відчуття поразки. Як Вам здається, що Вас очікує в майбутньому - повторення успіху або нові поразки?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Приклад відчуття поразки** | **Очікування в майбутньому** |
| **1** |  |  |
| **2** |  |  |
| **3** |  |  |
| **…** |  |  |
| **n** |  |  |

1. Наведіть п'ять прикладів того, як Ви відчули перемоги. Докладніше опишіть ці ситуації.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ з/п** | **Приклад відчуття перемоги** | **Приклад відчуття перемоги** |
| **1** |  |  |
| **2** |  |  |
| **3** |  |  |
| **…** |  |  |
| **n** |  |  |

1. У Вашому житті є три головні сфери: а) сфера відносин (із дружиною, чоловіком чи коханою людиною, з дітьми, батьками, друзями); б) робота/фінанси (Ваша професія, школа, робота в будинку, фінансовий стан і тощо); в) приватна сфера (фізичне й душевне здоров'я, духовні інтереси, інтелектуальна сфера та ін.). Наскільки важлива кожна із цих сфер для Вас? Оцініть важливість кожної з них за десятибальною шкалою (10 балів для тієї сфери, що поглинає всі Ваші сили й енергію, 1 бал для сфери, що Вас практично не цікавить). Сфера відносин\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Робота/фінанси\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Приватна сфера \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Скільки часу приділяєте Ви кожній із цих сфер? Чи відповідає це важливості кожної з них для Вас?
2. Виходячи з раніше даних Вами відповідей постарайтеся вказати для кожної із цих сфер Ваші цілі, які Ви хотіли б здійснити протягом року, п'яти, десяти років. Цілі повинні мати позитивний характер і бути конкретно сформульовані. Постарайтеся докладніше розповісти про те, що собою являє кожна із цих цілей.

Сфера відносин - (укажіть, що Ви хотіли б одержати від тих або інших людей і що готові їм дати).

Один рік

1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

П'ять років

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Десять років

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Робота/фінанси - вкажіть, чого саме Ви хотіли б добитися, скільки годин у день готові працювати, яку платню одержувати, які перспективи для себе намітили.

Один рік

1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

П'ять років

1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Десять років

1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Приватна сфера

Один рік

1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

П'ять років

1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Десять років

1 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Щоб закріпити й перетворити в програми життєдіяльності отриману в результаті вищенаведеного інформацію, Д.Эймен пропонує Вам вправу, яку він назвав “Односторінкове диво”. За твердженням автора, воно покликано допомогти направити в потрібне русло Ваші думки, слова й дії. Д. Эймен “...назвав цю вправу дивом, тому що встиг переконатися, як швидко й успішно воно дозволяє багатьом зосередитися й змінитися на краще”. “Візьміть аркуш паперу. Чітко сформулюйте й запишіть Ваші основні цілі. Виходьте із трьох основних напрямів: “Сфера відносин”, “Робота/фінанси”, “Приватна сфера”. Під рубрикою “Сфера відносин” напишіть: “Дружина/кохана людина”, “Діти”, “Члени родини”, “Друзі”. Під рубрикою “Робота/фінанси” напишіть: “Поточні справи й фінансовий стан”, а також “Плани на майбутнє”. Під рубрикою “Приватна сфера” опишіть Ваше фізичне й душевне самопочуття, духовні інтереси, інтелектуальні запити тощо, як правило, ця сфера Вашого існування закрита для всіх, крім Вас, і лише Ви розумієте, що в ній відбувається. Під кожною з рубрик коротко і ясно опишіть найсуттєвіше, найтиповіше для цієї сфери Вашого життя. Пишіть про те, чого б Вам хотілося досягти, не пишіть про небажані моменти. Будьте позитивні у своїх висловлюваннях, пишіть від першої особи. Пишіть із надією й упевненістю, що Ваші плани здійсняться. Зробіть перший варіант, потім протягом кількох днів вносьте виправлення (Ви відразу зрозумієте, що це Вам неодмінно захочеться зробити). Потім покладіть листок туди, де він буде постійно потрапляти Вам на очі (на холодильник, біля ліжка, біля дзеркала, у ванній кімнаті). Тим самим щодня Ви зможете бачити те, що є для Вас найважливішим. Це дозволить Вам співвідносити Ваші вчинки з Вашими позитивними цілями. Це зробить Ваше існування більше осмисленим, Ви зможете витрачати більше енергії на те, що для Вас особливо важливо.

**ОДНОСТОРІНКОВЕ ДИВО**

Чого я хочу?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Що я роблю для здійснення своїх планів? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ваше ім'я\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СФЕРА ВІДНОСИН

Чоловік/дружина, кохана людина:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Діти:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Родина: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Друзі: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

РОБОТА/ФІНАНСИ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ПРИВАТНА СФЕРА

Фізичний стан: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Емоційний стан: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Духовне життя: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Інтереси: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Що Ви скажете на схилі віку? Якби Ви могли почати життя спочатку, то трудилися б над здійсненням колишніх цілей? Або все-таки спробували б домогтися того, чого домоглися інші? Вирішувати Вам. Нехай інші дають Вам поради, як поводитися зі своїм життям, нам здається, Ви набагато краще впораєтеся із цим завданням. Порівняйте отримані цілі з тими, які виписані на Вашому “Дереві цілей” після виконання завдання 2.1. Якщо потрібно, відкоригуйте своє “Дерево”.