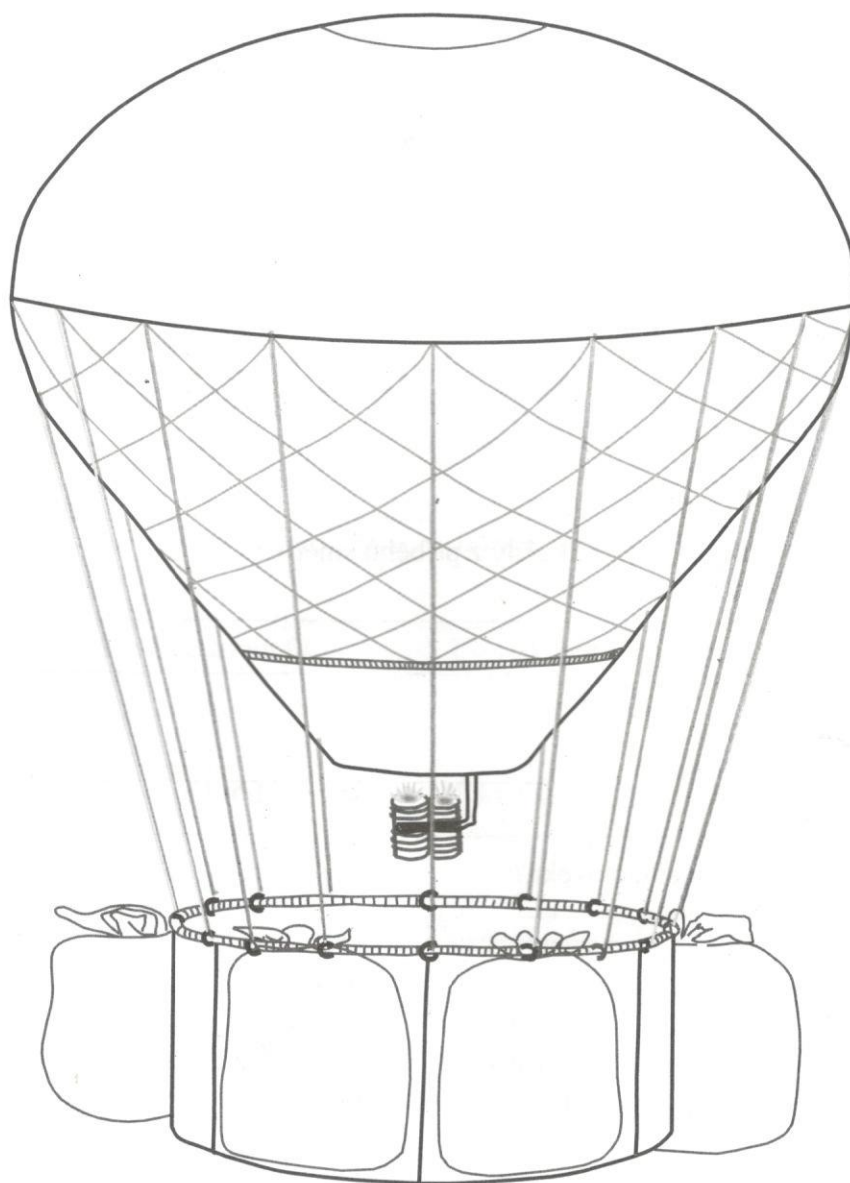


Každý z nás někdy zažívá chvíle štěstí a pohody, těší se z dosažených úspěchů. Někdy však přijde i období méně šťastné, kdy se musíme vyrovnávat s problémy, překonávat překážky.

- 1** Přemýšlej o sobě a zaznamenej do obrázku, co tě v životě povznáší, co činí tvůj život šťastným a spokojeným, jakým životním hodnotám dáváš přednost. K zátěžím na obrázku připiš, co „tvůj balón života táhne dolů“, to znamená, co tě znepokojuje, co ti přináší problémy a komplikuje cestu ke štěstí a úspěchu.

Balón mého života



- 2** Co bys mohl(a) udělat, aby ses alespoň některých zátěží zbavil(a)? Může být to zlé v životě také pro něco dobré? Uveď příklady.
