

**Как правильно ставить  
цели,  
чтобы получить желаемое**

# Список реальных проблем

- Болят мышцы
- Не высыпаюсь
- Мне одиноко без мужчины
- Мало друзей, кто бы меня поддерживал
- Не хватает денег на все свои нужды
- Часто обижаюсь на других





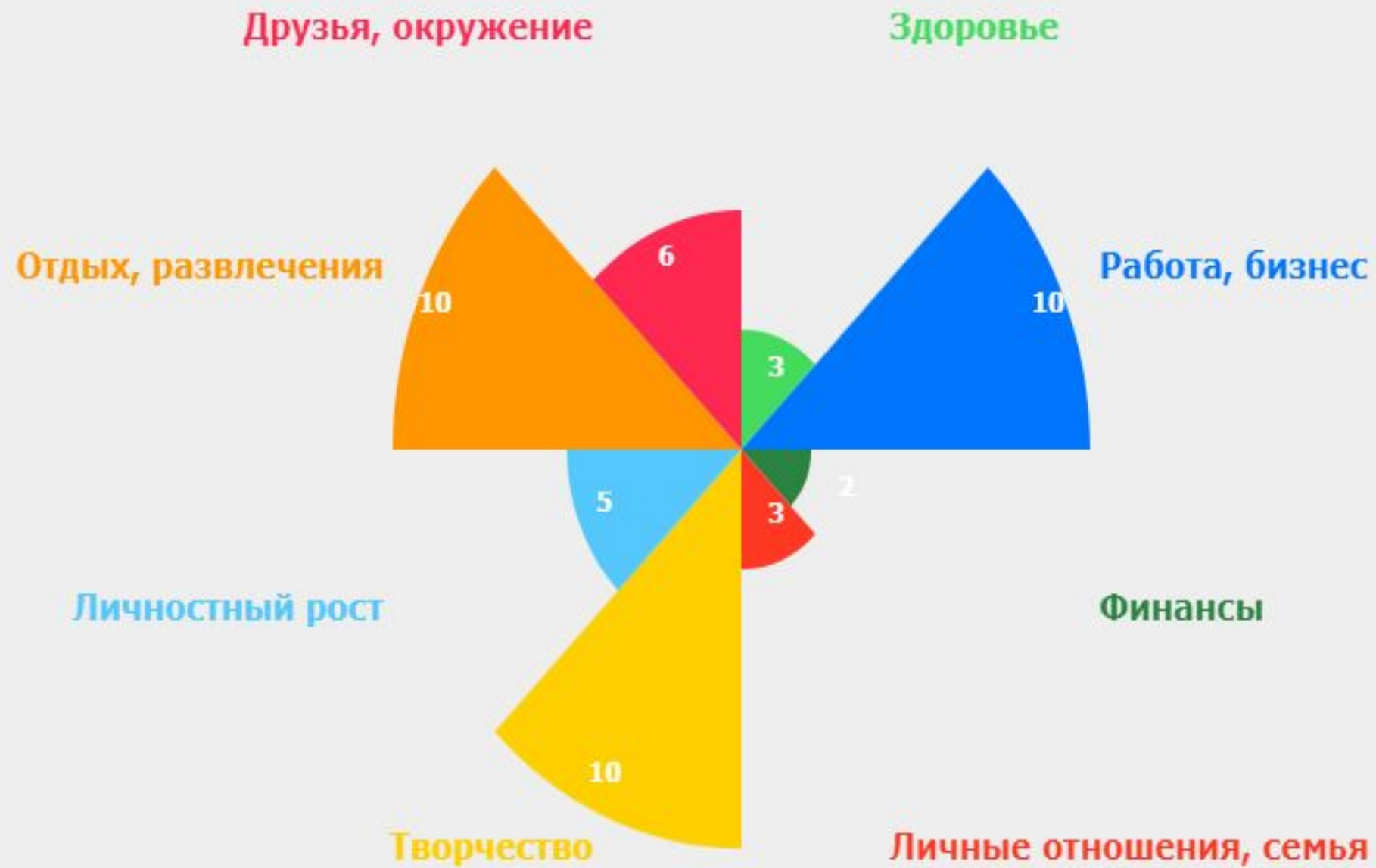
# Список реальных проблем

- Болят мышцы – здоровье
- Не высыпаюсь – здоровье
- Мне одиноко без мужчины – отношения
- Мало друзей, кто бы меня поддерживал – друзья
- Не хватает денег на все свои нужды – финансы
- Часто обижаюсь на других – личностный рост



# Список реальных проблем

- Болят мышцы – здоровье 2 балла
- Не высыпаюсь – здоровье 5 баллов
- Мне одиноко без мужчины – отношения 3 балла
- Мало друзей, кто бы меня поддерживал – друзья 6 баллов
- Не хватает денег на все свои нужды – финансы 2 балла
- Часто обижаюсь на других – личностный рост 5 баллов



# Ищем взаимосвязи

1 Болят мышцы

2 Не высыпаюсь

3 Мне одиноко без мужчины

4 Мало друзей, кто бы меня поддерживал – друзья

5 Не хватает денег на все свои нужды

6 Часто обижаюсь на других

1 Болят мышцы

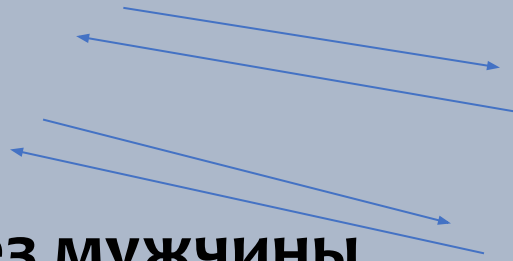
2 Не высыпаюсь

3 Мне одиноко без мужчины

4 Мало друзей, кто бы меня поддерживал – друзья

5 Не хватает денег на все свои нужды

6 Часто обижаюсь на других



# Подводим итоги

1 Болят мышцы 1 1

2 Не высыпаюсь 1

3 Мне одиноко без мужчины 1

4 Мало друзей, кто бы меня поддерживал – друзья 11

5 Не хватает денег на все свои нужды 1111

6 Часто обижаюсь на других

1 Болят мышцы

2 Не высыпаюсь 1

3 Мне одиноко без мужчины 1

4 Мало друзей, кто бы меня поддерживал 1

5 Не хватает денег на все свои нужды

6 Часто обижаюсь на других



# **Вывод**

**В первую очередь работать над сферами  
здоровья и финансы**

**Но необходимо еще проанализировать,  
когда будете ставить задачи.**

**Может нужно начать прокачивать и другие  
сферы**