



**Как ставить цели на  
НОВЫЙ ГОД?**

# Почему цели не выполняются?

---

- А. Вы этого не хотели изначально**
- В. Обстоятельства изменились или вы передумали**
- С. Вы хотели Чего-то Такого**

# Как правильно ставить цели?

---

- A. Утвердительная формулировка**
- B. Контроль выполнения**
- C. Измеримость выполнения**
- D. Дата окончания или частота процесса**

# Шаг 1

**Определяем  
Важные  
Области  
Жизни**



# Шаг 2

Закрашиваем

Степень

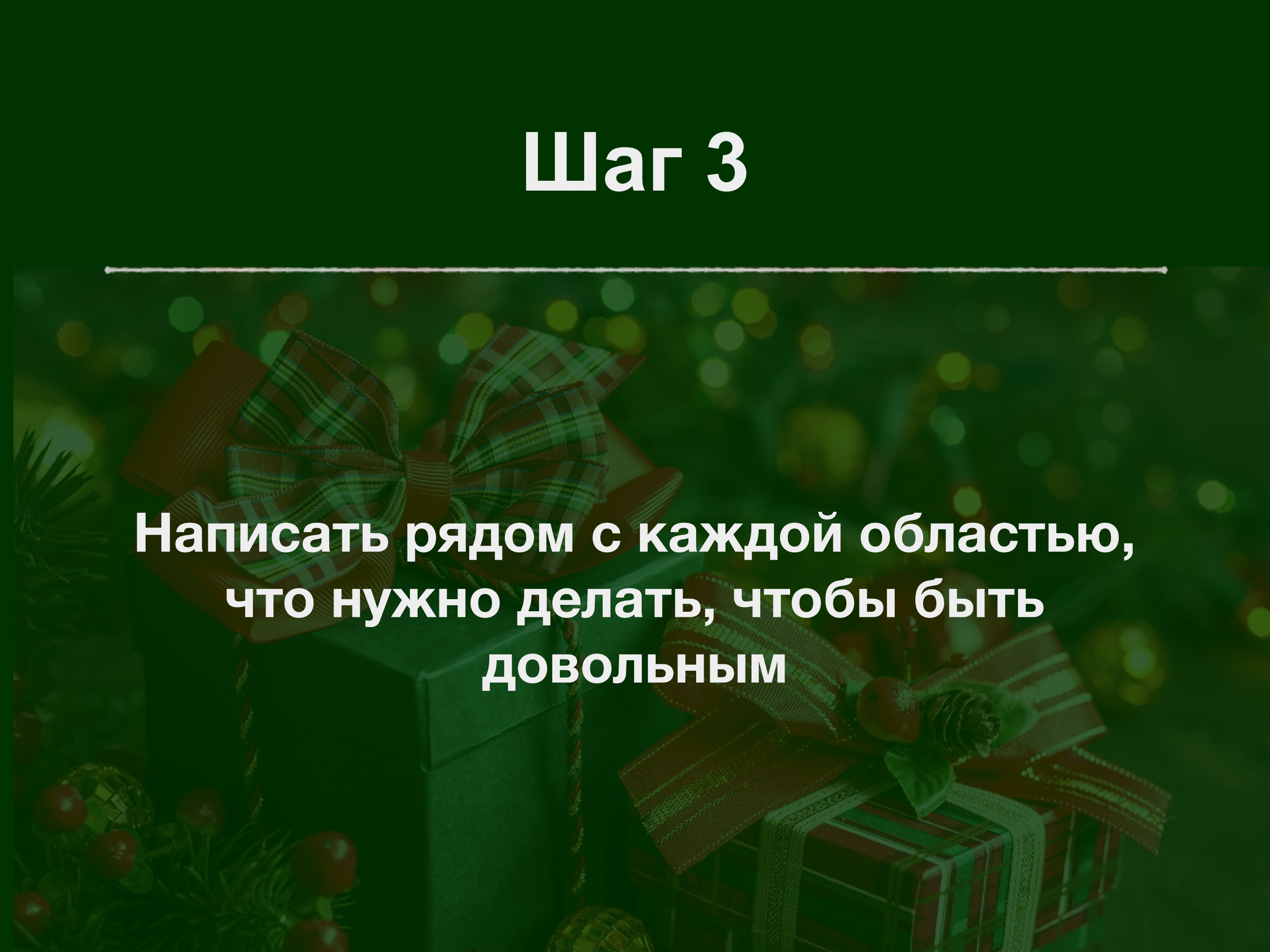
Удовлетворения



# Шаг 3

---

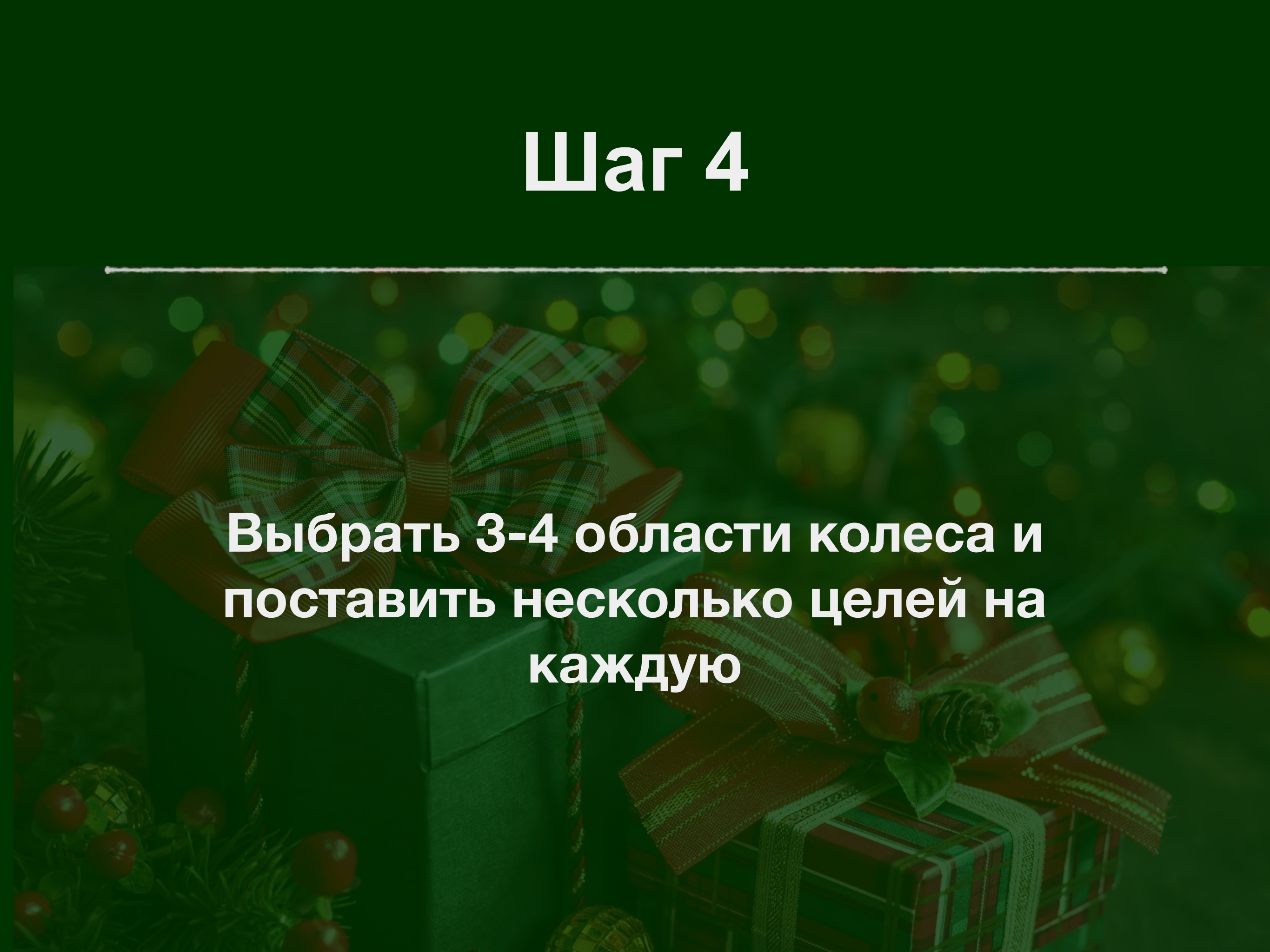
**Написать рядом с каждой областью,  
что нужно делать, чтобы быть  
ДОВОЛЬНЫМ**

The background of the slide features a festive holiday theme. It shows several wrapped gifts in various colors and patterns, tied with ribbons. There are also Christmas ornaments, including a gold and red striped one, and a small pine branch with red berries. The overall color palette is dominated by greens, reds, and golds, with a soft bokeh effect of lights in the background.

# Шаг 4

---

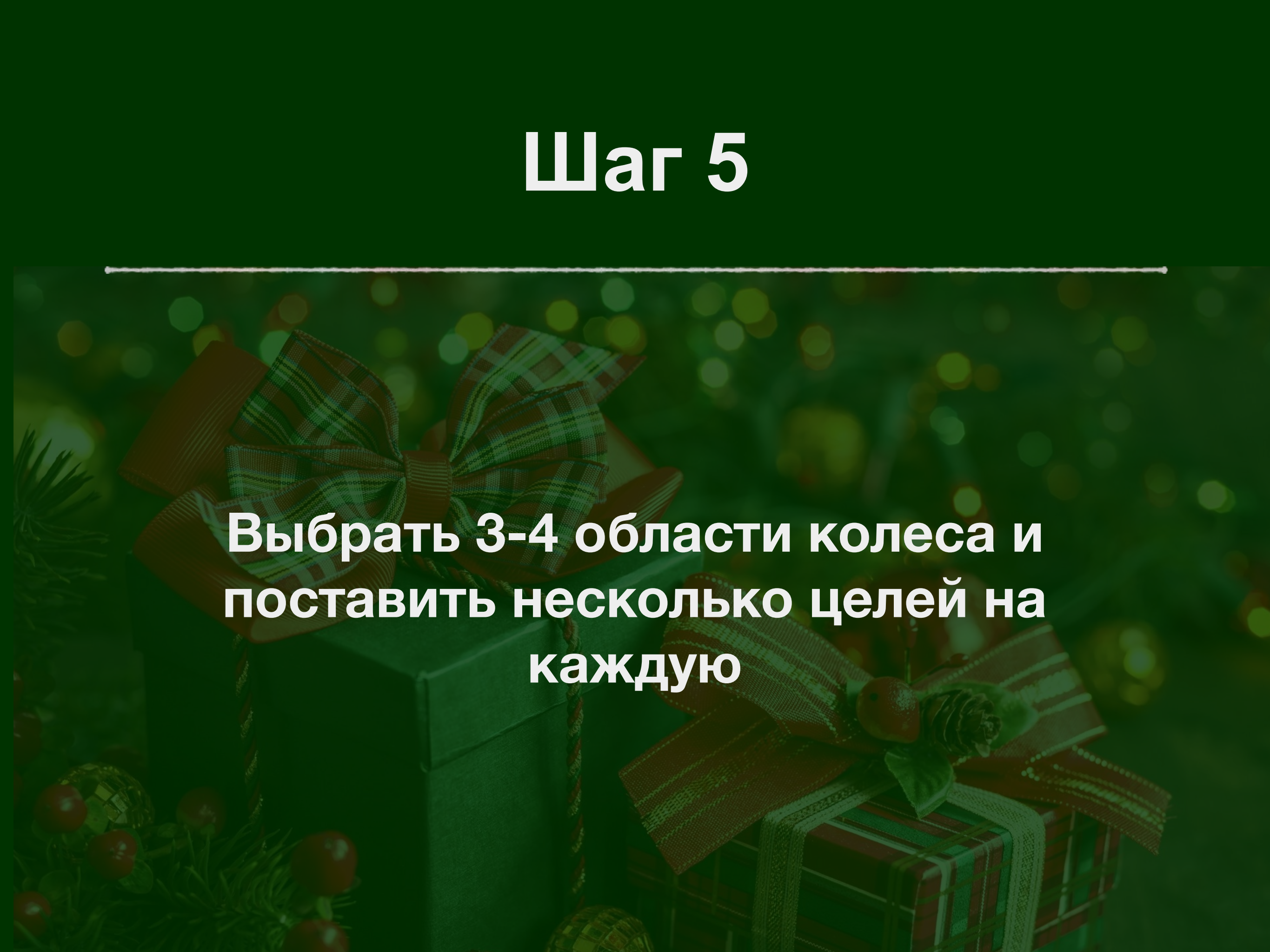
**Выбрать 3-4 области колеса и  
поставить несколько целей на  
каждую**

The background of the slide features a festive holiday theme. It shows several wrapped gifts in various colors (green, red, gold) with decorative ribbons and bows. The scene is set against a dark green background with soft, out-of-focus bokeh lights in shades of green and gold, suggesting a Christmas or winter holiday setting. The overall aesthetic is warm and celebratory.

# Шаг 5

---

**Выбрать 3-4 области колеса и  
поставить несколько целей на  
каждую**

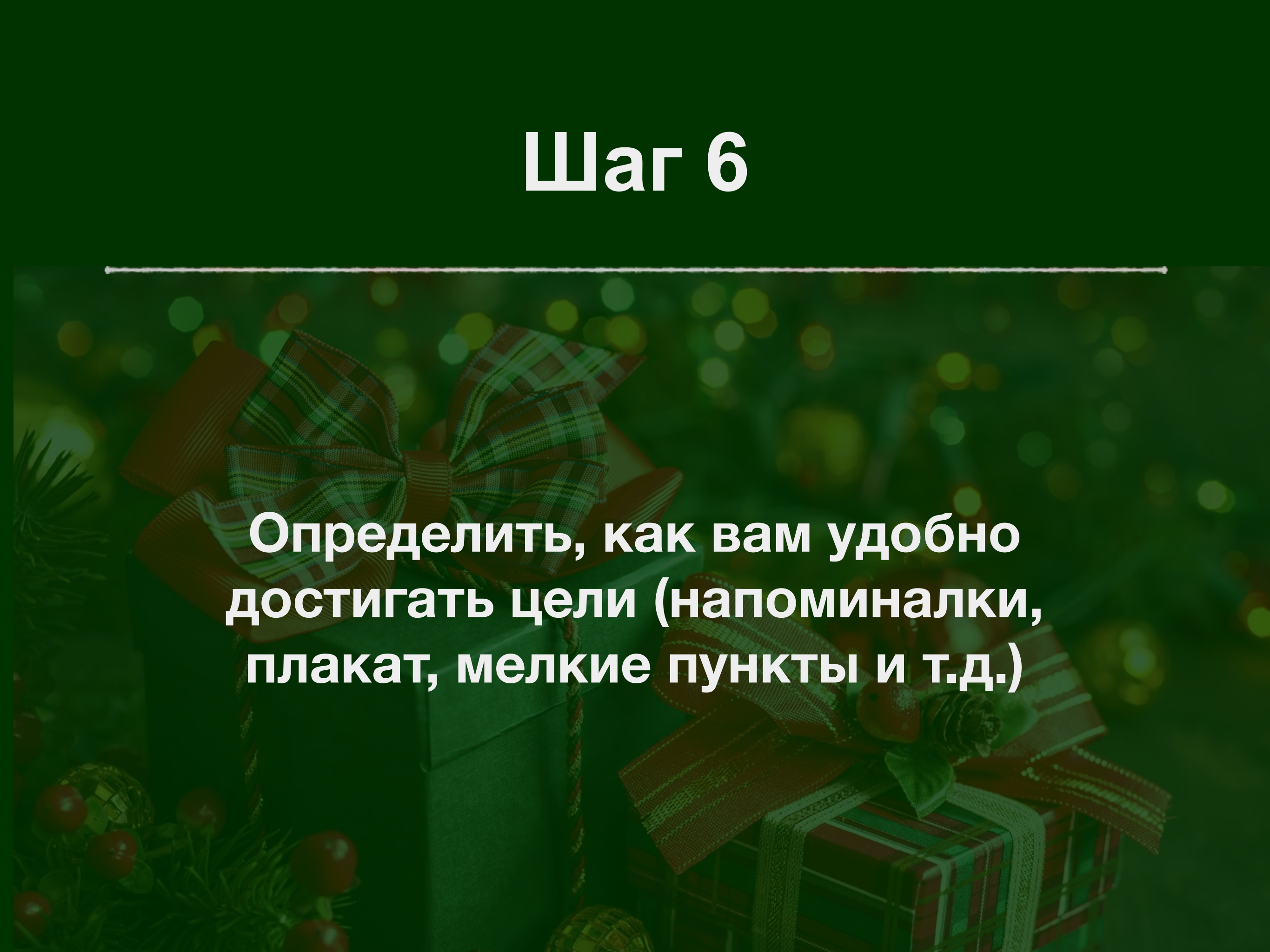




# Шаг 6

---

**Определить, как вам удобно достигать цели (напоминалки, плакат, мелкие пункты и т.д.)**



**Вперед!**  
**С наступающим Новым**  
**Годом!**

