













PL 6: POPIS ŽIVOTNÍCH CÍLŮ

Životní cíl	Popis životních cílů
Zdraví a bezpečí	<p>Tento cíl je důležitý pro lidi, kteří se hodně věnují zdravému životnímu stylu a často se ubezpečují, že mohou naplnit své základní potřeby.</p> <p> Pozitivní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sport, zdravá strava, důraz na psychické zdraví, fungování ve světě, bezpečné žití, práce a vydělávání peníze <p> Negativní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • mrhání času na hledání toho, co by mohlo ohrožovat vlastní bezpečí nebo zdraví, majetková trestná činnost, nepřátelské vystupování vůči druhým, které považujeme za hrozbu
Učení a vědění	<p>Tento cíl je důležitý pro lidi, kteří hodně přemýšlejí o učení a vědění a věnují tomu hodně času nebo zkouší něco nového.</p> <p> Pozitivní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • školní docházka, absolvování vzdělání, návštěva kurzů • poznání sebe sama, např. při terapii • vedení druhých nebo dohled nad nimi • zkoušení nových aktivit, které jsem ještě nikdy nedělal <p> Negativní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • nácvik a plánování trestných činů jako prevence dopadení • nácvik manipulace s lidmi, učení se vyrábět drogy
Dovednosti (být dobrý v tom, co dělám)	<p>Tento cíl je důležitý pro lidi, kteří hodně přemýšlejí o tom, jak být dobrý v práci nebo volnočasových aktivitách, a věnují tomu hodně času.</p> <p> Pozitivní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • úspěchy ve sportu nebo koníčku, úspěchy v práci • vzdělávání, abych se ve své profesi zlepšil <p> Negativní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • plánování a páchání trestných činů
Sebeurčení	<p>Tento cíl je důležitý pro lidi, kteří hodně přemýšlejí o tom, jak být nezávislý a jít svou vlastní cestou, a věnují tomu hodně času.</p> <p> Pozitivní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • úcta k vlastním rozhodnutím ve většině situací, vytváření plánů pro dosažení cílů • vnímání vlastních pocitů a racionální rozhodování, sebevědomí a rozhodnost <p> Negativní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • kontrola, dominance, zneužívání druhých • přesvědčení, že je svět nebezpečný, musím dostat ostatní dřív, než to schytám já

Životní cíl	Popis životních cílů
Vnitřní klid	<p>Tento cíl je důležitý pro lidi, kteří hodně přemýšlejí o tom, jak být v klidu a uvolněný nebo jak hledat smysl života nebo být šťastný a zažívat požitky, a věnují tomu hodně času.</p> <p> Pozitivní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • provozování aktivit, které poskytují spokojenost, naplnění nebo pocity štěstí • provozování aktivit, které člověku ukáží směřování v životě (např. práce, rodina) • redukce emočního stresu • sport, meditace nebo modlitba pro uvolnění nebo udržení klidu • snaha nebýt impulzivní nebo rozčilený • účast na náboženských nebo spirituálních aktivitách (např. návštěva kostela, rituály) • čtení nebo studium spirituálních spisů (např. Bible) • účast na ekologických, politických aktivitách, kulturních výměnách apod. • účast na terapii <p> Negativní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • užívání alkoholu, drog nebo léků pro uvolnění nebo zvládání pocitů • používání sexu nebo masturbace pro uvolnění nebo zvládání pocitů • sexuální vztahy s lidmi, které k tomu nemohou dát souhlas • příjemné, ale nezákonné činnosti, jako zneužívání návykových látek
Sounáležitost	<p>Tento cíl je důležitý pro lidi, kteří hodně přemýšlejí o rodině, přátelích nebo důvěrných vztazích nebo takto tráví hodně času nebo chtějí být součástí určité skupiny.</p> <p> Pozitivní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • trávení času s rodinou a přáteli • usilování o důvěrný vztah a péče o něj • podpora rodiny, přátel nebo partnera • členství ve skupině a sdílení společných zájmů, např. sportovní oddíl, politická strana, knižní klub, ekologické sdružení, zájmový kroužek nebo náboženské skupiny • dobrovolné aktivity • vztahy se sousedy • přesvědčení, že skupina je důležitá <p> Negativní cesty k dosažení tohoto cíle</p> <ul style="list-style-type: none"> • členství v gangu • členství ve skupině, která podporuje zneužívání dětí • udržování vztahu tím, že dostávám partnerku/partnera pod tlak • sexuálně motivované trestné činy