

“People with aspirations and dreams that are in progress or achievable and are personally meaningful, are happier than those who do not have them”

Kate Hefferon & Ilona Boniwell (2011)



[ ] & [ ]

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....
7. ....
8. ....
9. ....
10. ....
11. ....
12. ....
13. ....
14. ....
15. ....
16. ....
17. ....
18. ....
19. ....
20. ....
21. ....
22. ....
23. ....
24. ....
25. ....
26. ....
27. ....
28. ....
29. ....
30. ....

.....  
.....

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....

.....  
.....

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....

.....  
.....

1. ....
2. ....
3. ....
4. ....
5. ....
6. ....