

**Atenção**

Carlos refletiu sobre como vai sua relação com algumas dimensões da sua vida, e chegou a conclusão de que várias delas merecem atenção; afinal de contas lutar pelos nossos objetivos também pode nos tornar pessoas melhores.

Agora quais são os próximos passos que Carlos precisa dar para conquistar seus objetivos e combater o estresse?

*Selecione 2 alternativas*

**A** Determinar se é fácil.

**B** Definir seus termos.

**C** Pensar no porquê absoluto.

**D** Decidir o que ele quer.