

● Врло мали напор   ● Неки напор   ● Значајан напор

**А** Предузео сам кораке за решавање свог проблема.   ●   ●   ●

**Б** Сваки дан сам записао једну ствар на којој сам захвалан.   ●   ●   ●

**В** Радио сам онако како сам се обавезао.   ●   ●   ●

**Г** Контактирао сам и подржао свог сарадника.   ●   ●   ●

**Д** Поделио сам оно што сам научио са својом породицом или пријатељима.   ●   ●   ●