

Проработка целей

Вспомните цели, которые вы перед собой ставили:

Какие из них были достигнуты?

.....
.....
.....
.....

Что вам принесло их достижение? (Плохое и хорошее)

.....
.....
.....
.....

Что вам принесло **не** достижение целей? (Плохое и хорошее)

.....
.....
.....
.....

Кто и что были источниками ваших целей?

.....
.....
.....
.....



Проработка целей

Какие ощущения вы испытывали, когда ставили цели, источником которых было что-то внешнее?

.....
.....
.....
.....

Какие ощущения вы испытывали, когда ставили цели, источником которых было ваше внутреннее желание?

.....
.....
.....
.....

Какие цели вы себе не разрешаете?

.....
.....
.....
.....

По каким причинам вы их себе не разрешаете?

.....
.....
.....
.....



Проработка целей

Что было бы возможным, если бы эти неразрешенные цели все-таки были достигнуты?

.....
.....
.....

Какие из ваших теперешних целей исходят от других?

.....
.....
.....

Какие из ваших теперешних целей исходят от вас?

.....
.....
.....

Какие цели вас вдохновляют?

.....
.....
.....

Какие цели вы выбираете поставить перед собой в качестве заказа?

.....
.....
.....