

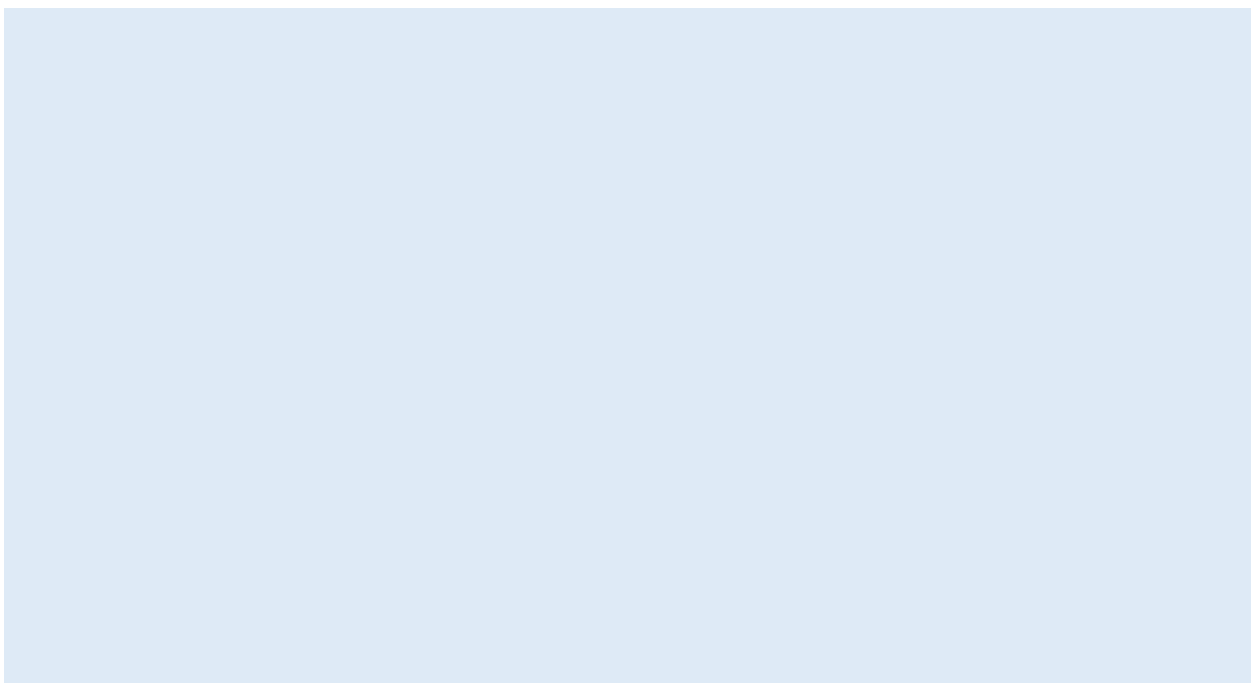
## **Инвентаризация личного успеха**

Ваше определение успеха уникально для вас. В этом упражнении мы рассмотрим, как некоторые области вашей жизни удерживают вас от успеха. Мы сделаем это, сначала обрисовав в общих чертах то, чего вы действительно хотите от жизни, а затем углубимся в детали, которые мешают вам получить желаемое.

Ответ на каждый вопрос будет иметь отношение к следующему вопросу, поэтому, пожалуйста, отвечайте на вопросы в указанном порядке.

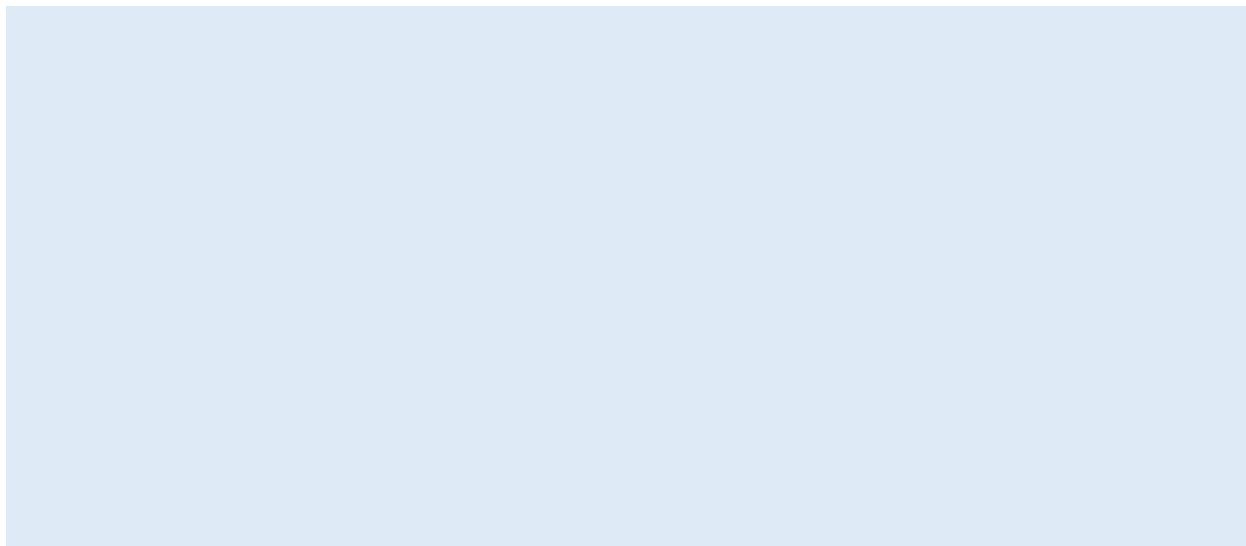
### **ЧЕК-ЛИСТ**

#### **1. Как успех выглядит для вас?**



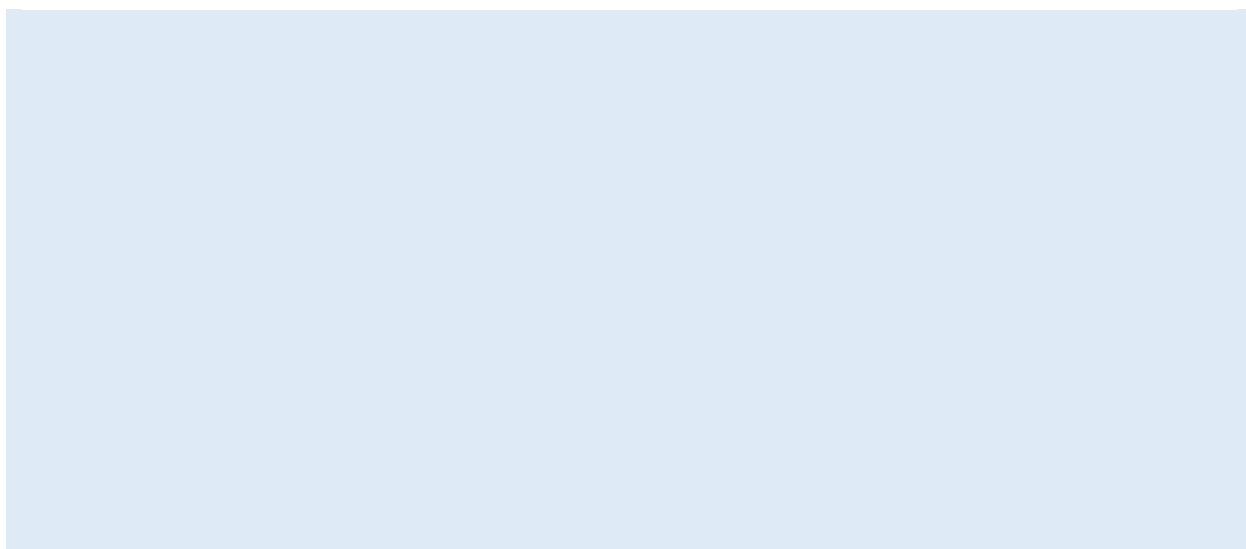
## **2. Что нужно для того, чтобы вы чувствовали себя успешным?**

Сейчас не время быть скромным - подумайте, как изменится ваша жизнь, если вы достигнете вашего полного потенциала.

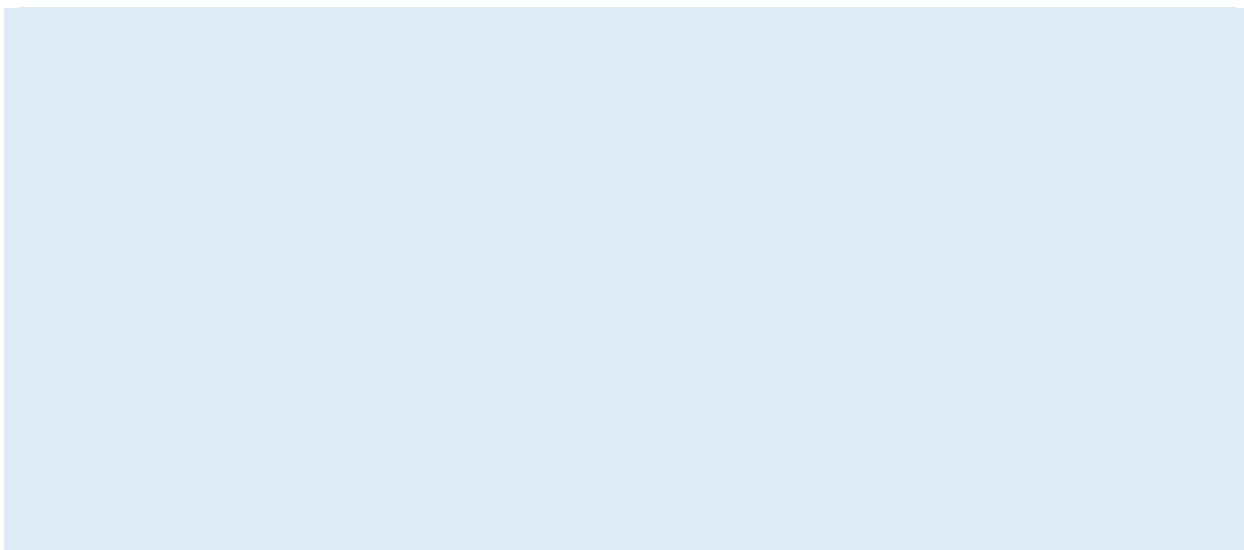


## **3. Что в вашем списке желаний?**

Список желаний - это перечень того, что вы хотели бы успеть сделать, пока живы.

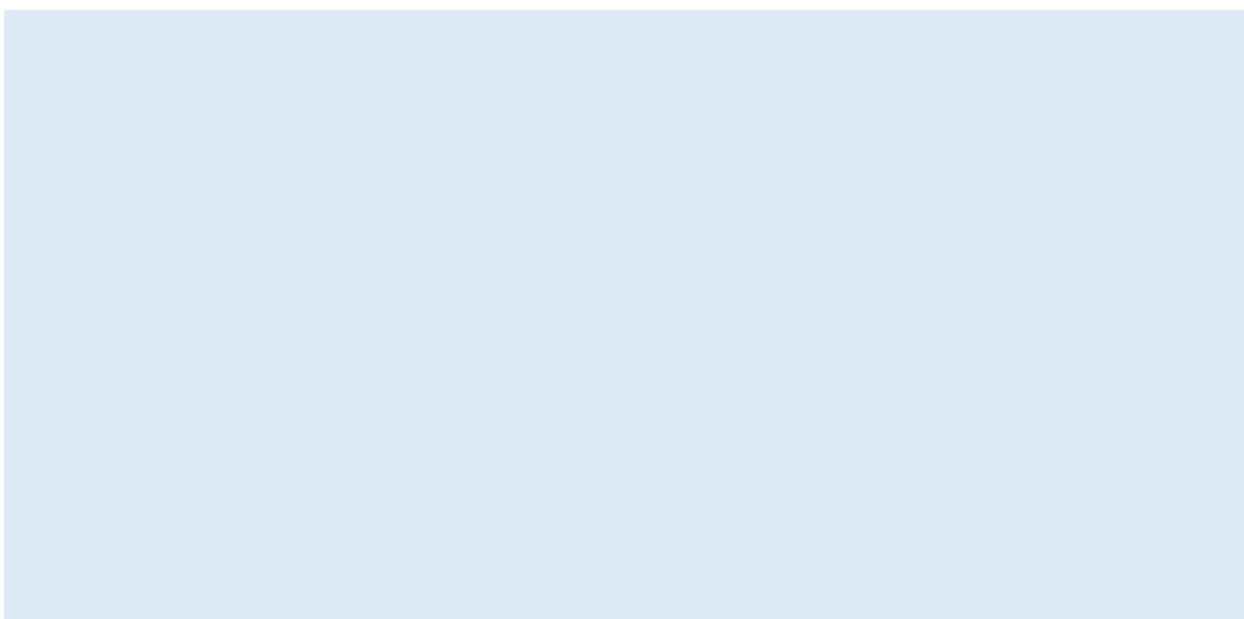


**4. Подумайте о краткосрочных целях, которые вы хотите достичь. Почему вы хотите этого? Как улучшится ваша жизнь, если вы сделаете это?**



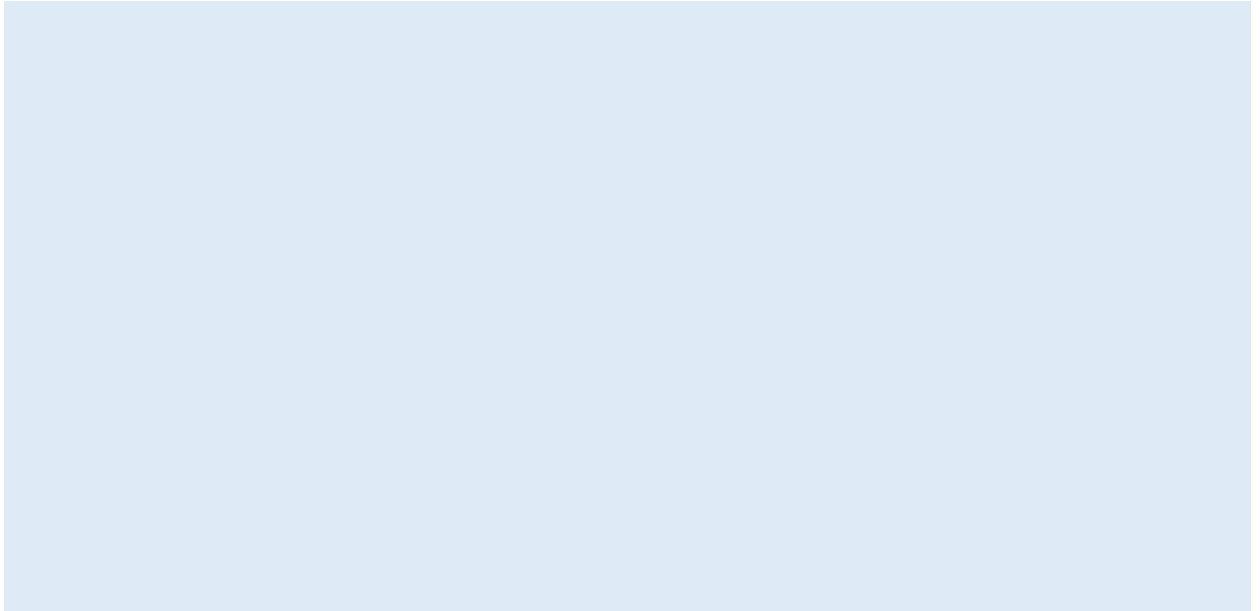
**5. Как вы думаете, что удерживает вас от достижения этой цели?**

В целом, существует два типа потенциальных блоков: **внутренние** - ограничивающие убеждения о себе и своем потенциале и **внешние** - реальные условия в вашей среде, которые мешают вам достижения вашего потенциала.

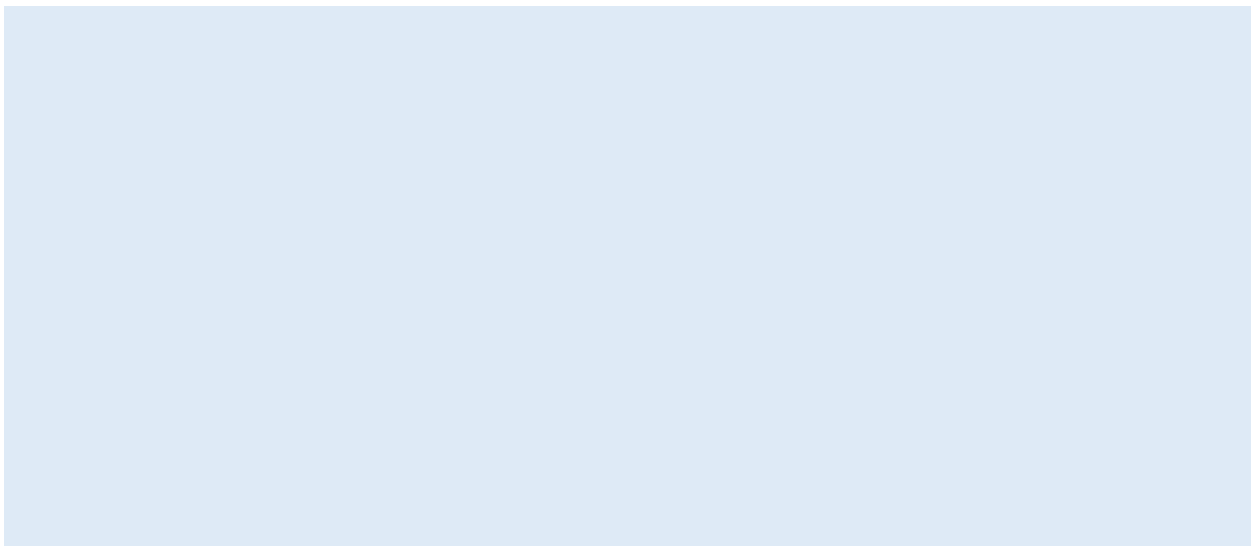


## **6. Вы хорошо запоминаете информацию?**

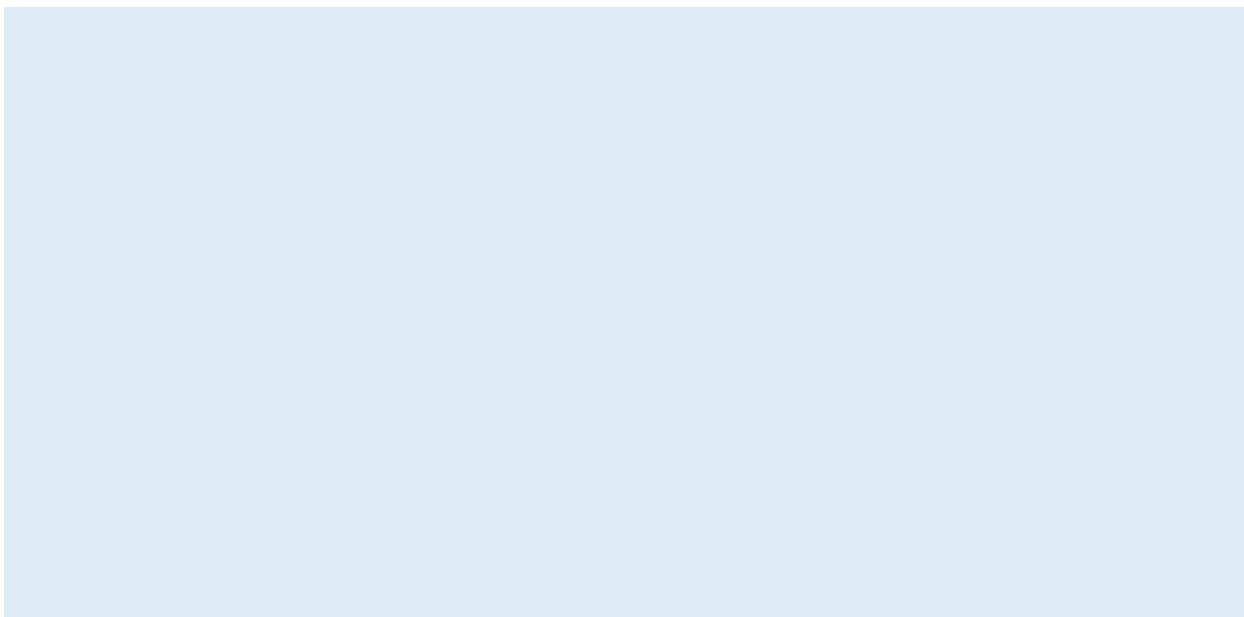
Например, дни рождения, время встреч и событий, прочитанные статьи и т.д.



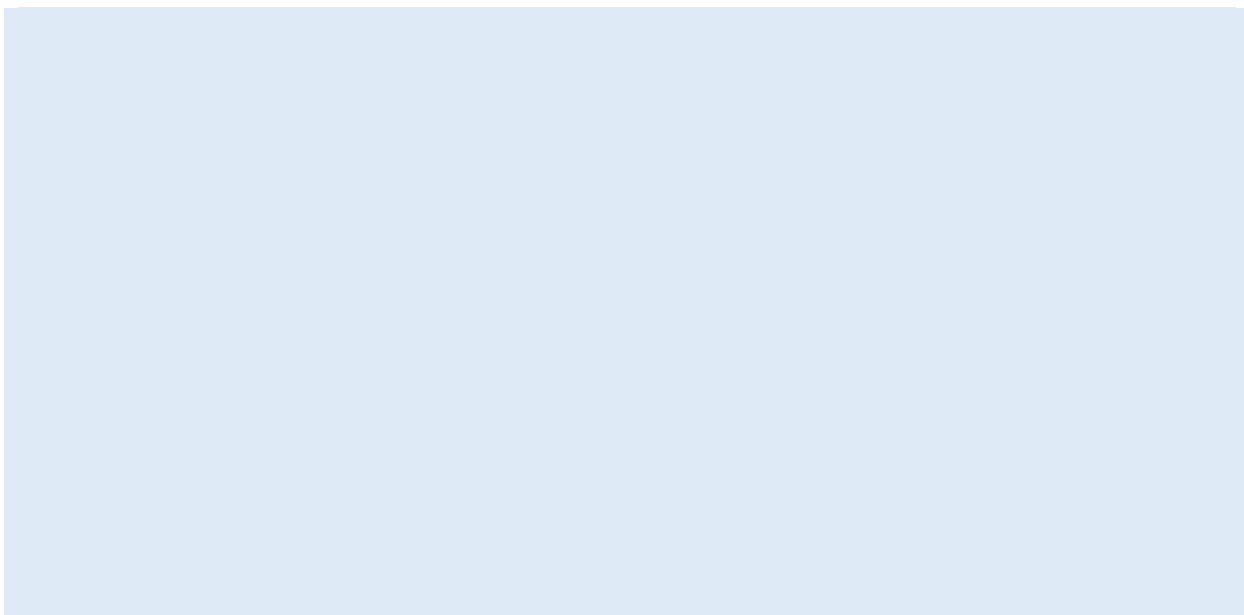
## **7. Как у вас с управлением временем? Вы часто спешите или скучаете?**



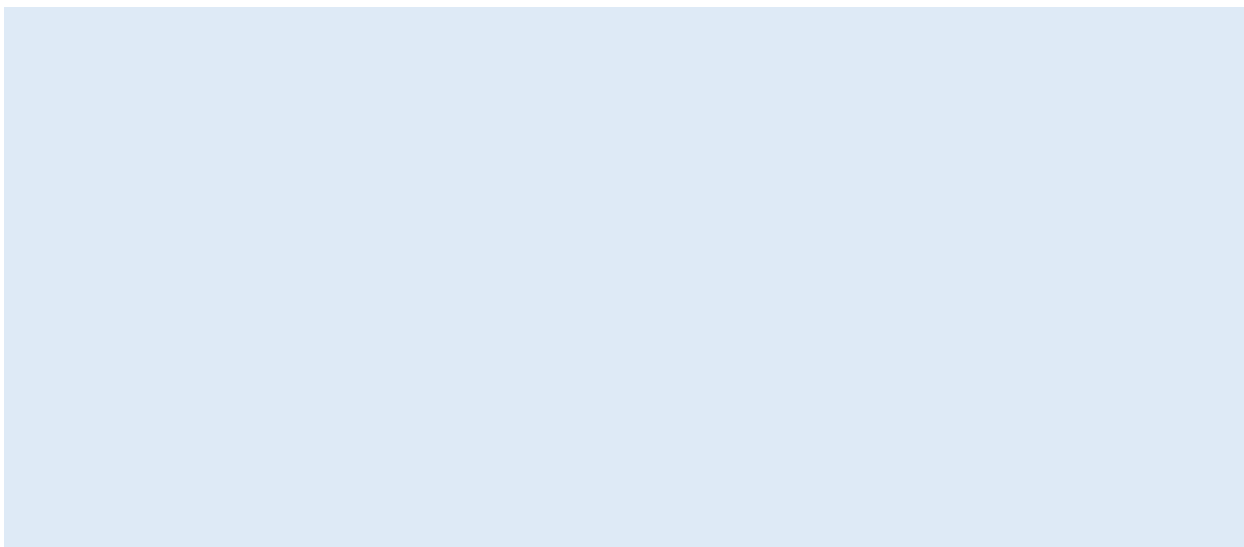
**8. Каков уровень вашей энергии? Есть ли определенные вещи, которые вас мотивируют? Что это?**



**9. Вы относитесь к своему телу и уму с добротой? Что вы делаете, чтобы позаботиться о себе?**

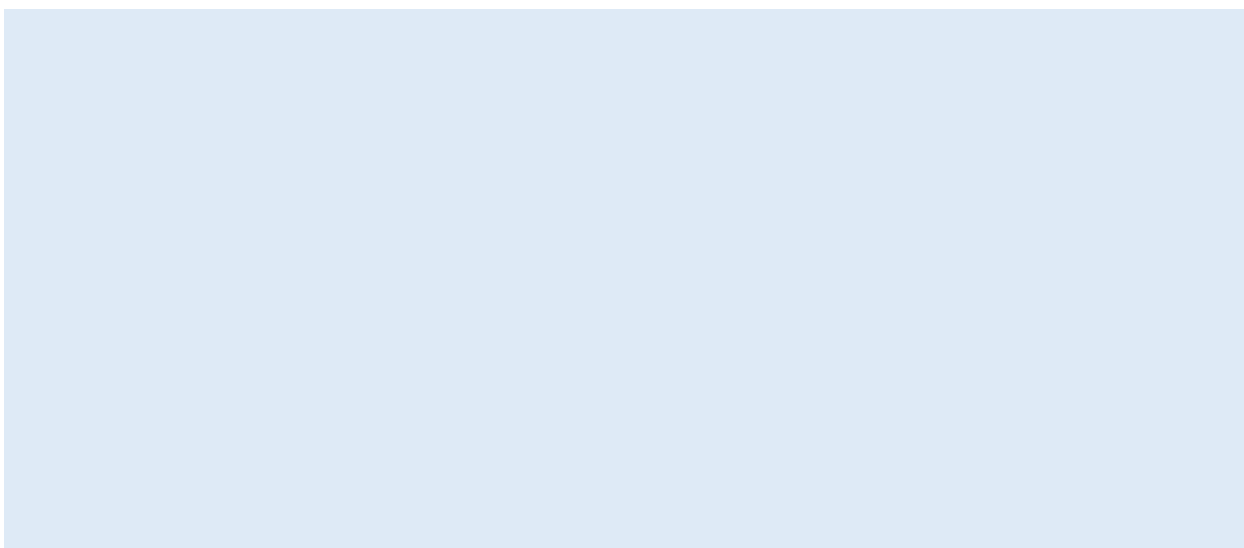


**10. На кого вы смотрите? Какими успехами, которых бы вы хотели для себя, наслаждаются эти люди?**



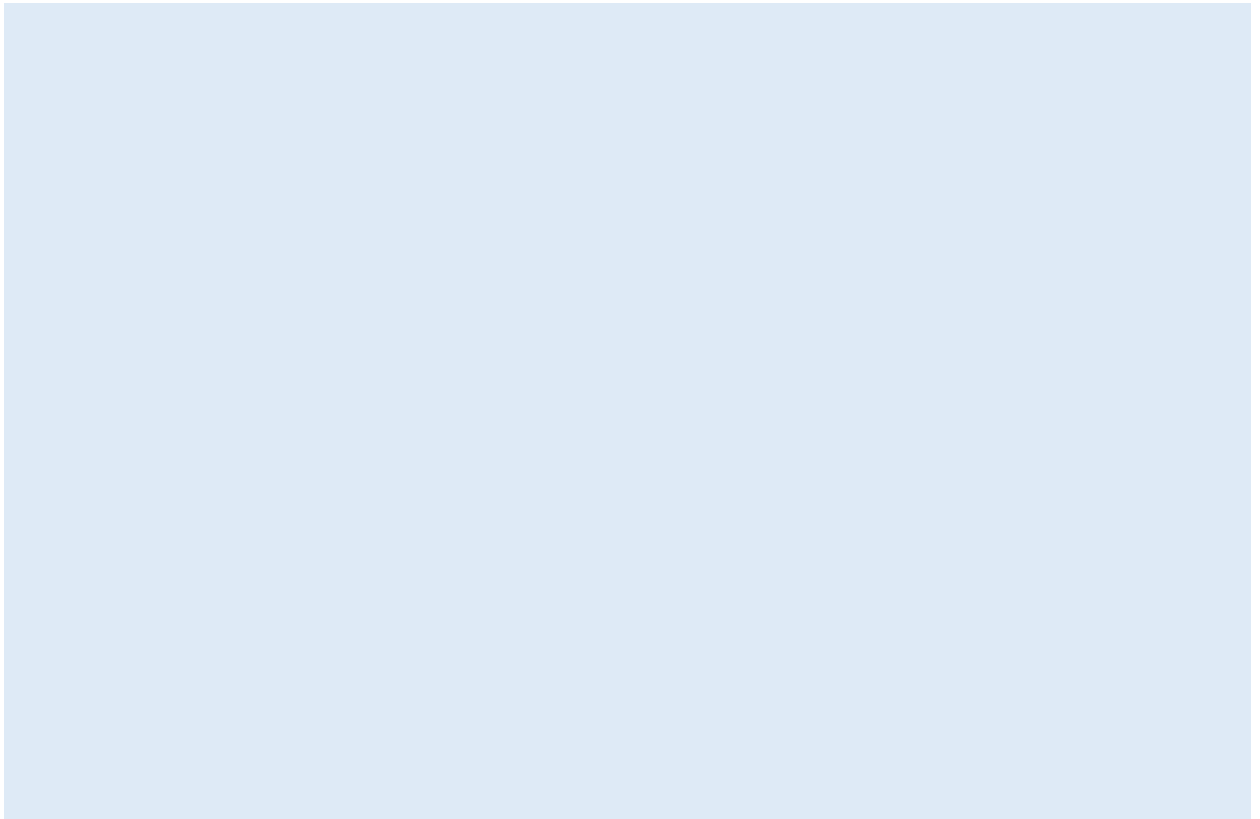
**11. Каковы ваши самые сильные стороны?**

Перечислите все свои сильные стороны, в работе и личной жизни.



## **12. Перечислите все вещи в своей жизни, которые вы хотели бы изменить.**

Например: больше физической активности, больше денег, больше времени на любимые занятия, меньше усталости и стресса... Все, что можете придумать.



Теперь, когда вы ответили на все вопросы, глубоко задумайтесь над тем, что вы написали. Чем больше вы думали над каждым вопросом, тем больше вы сможете узнать о ваших надеждах, мечтах и желаниях.