



**спланировать
МЕЧТУ**

Как мы выбираем ЦЕЛИ?



ЛИЧНОСТНЫЙ СМЫСЛ НАЧИНАНИЙ

«Я в будущем»

Как я могу этого достичь?

Цели, способы и условия (ресурсы, окружение и т.д.) их достижения

Каким я стану?

Чего я (такой) хочу?

«Актуальная ситуация»

Желания, стремления

«Опыт»

ЗУНЫ, личные качества, способности

Какой я?



- Я – победитель!
- Я ощущаю свой успех как...
- Мой девиз:....



Общая техника работы с образом цели.

Первый шаг: эмоциональное погружение в ситуацию достижения желаемого результата.

Цель: понимание субъективных критериев цели;

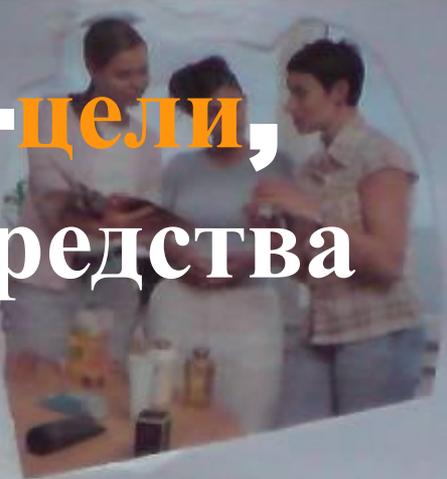
Второй шаг: моделирование процесса достижения результата.

Цель: активное отреагирование образно предоставляемых пробных действий;

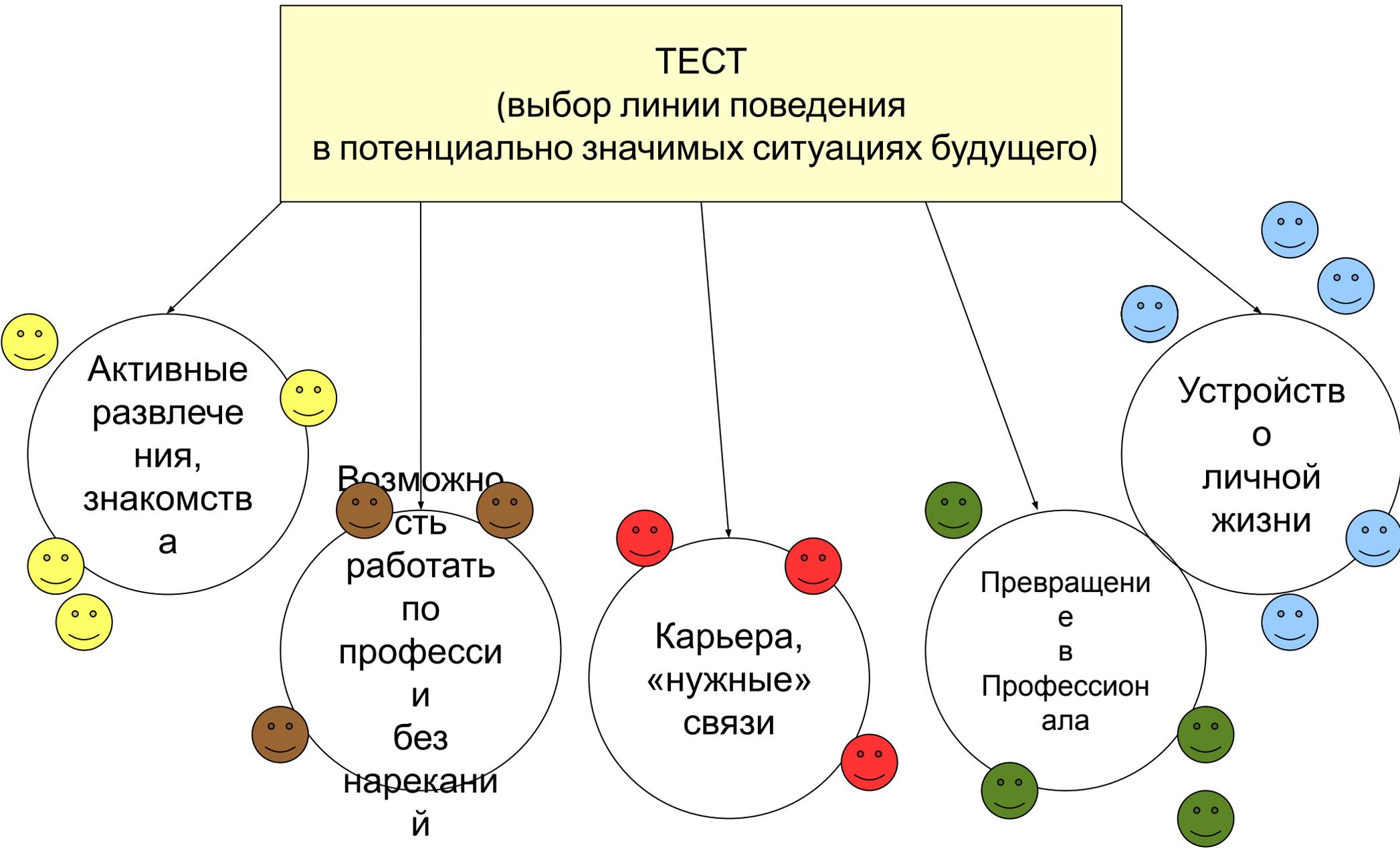
Третий шаг: включение образа желаемого результата в структуру «Я-концепции» личности

Цель: согласование последствий достижения цели на всех уровнях существования личности – окружение, поведение, способности, ценности и убеждения, идентификация.

ценности-цели,
ценности-средства



Поиск «Путеводной звезды» Определение ближайшей значимой цели на 3-5 лет



«Путеводная звезда» -

событие личного будущего, субъективно переживаемое как высшее достижение; как правило, представление такого события сопровождается чувством лёгкой эйфории и ощущением собственной значимости.



«Путеводная звезда»

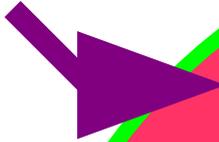
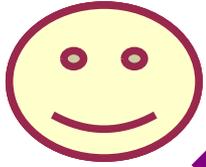


способные, муррсево → знания → творчество → успех → счастье

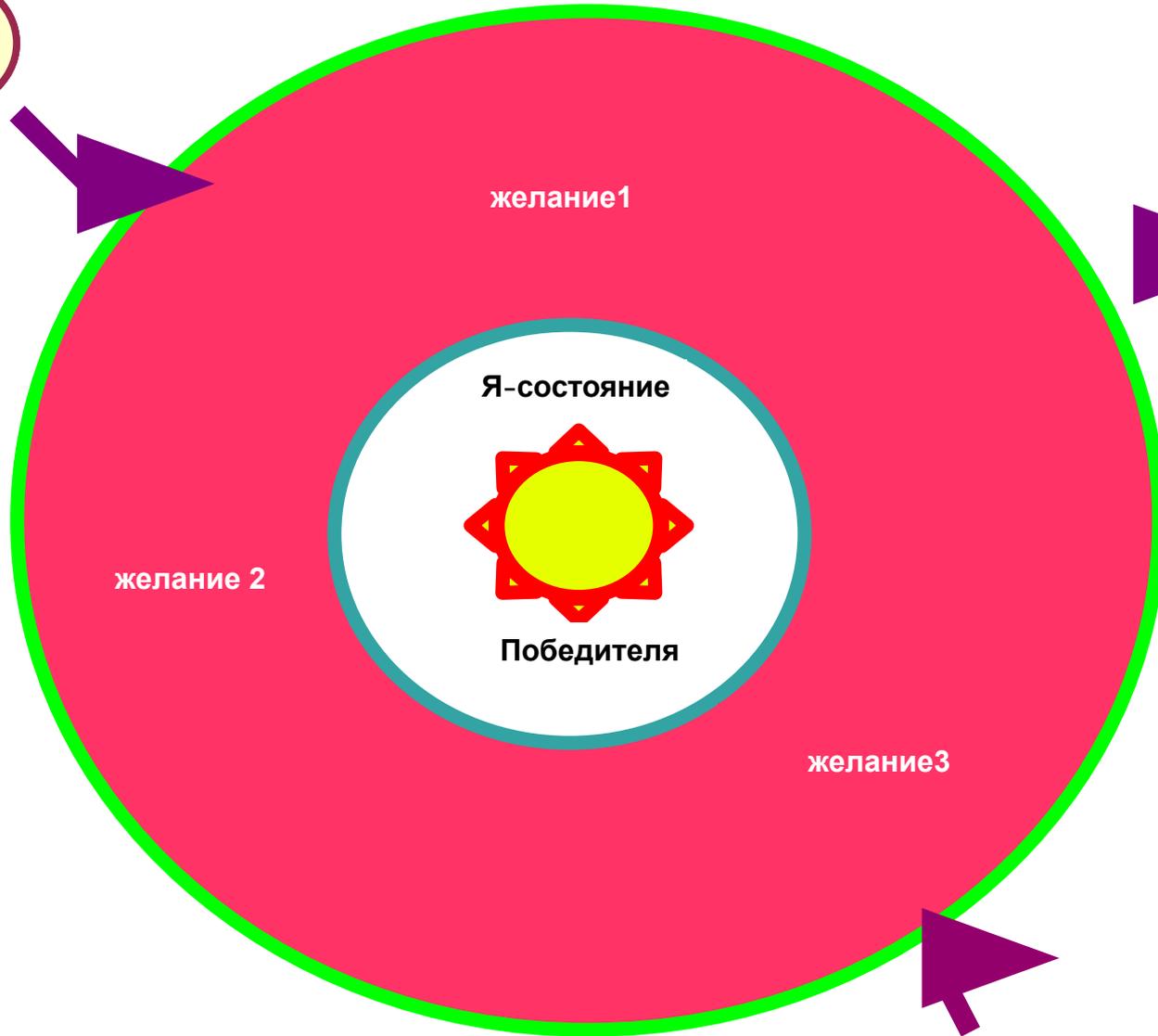
Семья → гармония

МОДЕЛЬ

Мечтатель



Реализатор



желание1

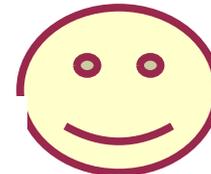
Я-состояние

желание 2

Победителя

желание3

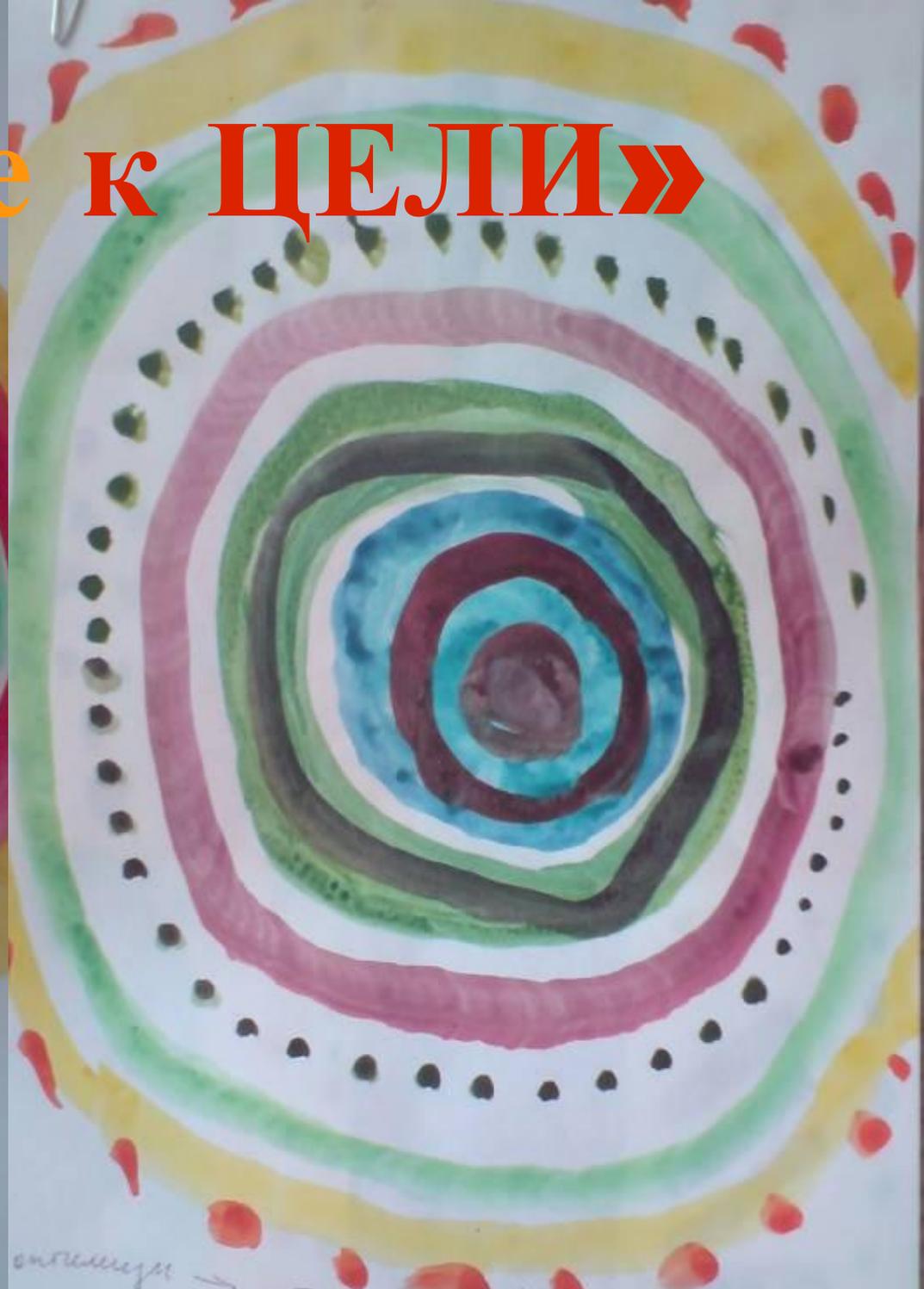
Критик



«Движение к ЦЕЛИ»



забота → инициатива → вселенная →
→ агрессивная → строится → доброты
→ работа → любовь



оптимизм → забота → радость → способностей
→ терпение → любовь → работа → успех

«Карта моего будущего»

УЧИТЬСЯ ЦЕНИТЬ ЖИЗНЬ!

КОГДА УГОДНО



The image features a collection of watercolor elements on a white background. On the left, there is a vertical yellow brushstroke. To its right is a square yellow-green wash with some darker spots. Further right is a vertical grey brushstroke. Next is a pink triangular wash. To the right of that is a vertical orange wash. Below these, there is a horizontal grey brushstroke. On the left side, below the yellow wash, is a vertical blue brushstroke. In the center, below the horizontal grey brushstroke, is a red triangular wash. On the right side, below the orange wash, is a yellow circular wash. The text 'ЖЕЛАЕМ УСПЕХОВ!' is overlaid in the center in a yellow, serif font.

ЖЕЛАЕМ
УСПЕХОВ!