

**Здравствуй!**

**Эта методика поможет тебе сориентироваться в том, как ты можешь достигнуть своей мечты.**

**Ведь мечтаем мы о чем-то масштабном, и иногда кажется, что это такая большая задача, что не знаешь, как к ней подступиться.**

**Методика поможет тебе конкретизировать твою мечту, а также сориентироваться в том, что ты можешь начать делать сейчас, чтобы приблизиться к реализации свой мечты.**

**ИНСТРУКЦИЯ:**

**- Методику важно выполнять в определенном порядке. Порядок обозначен номерами.**

**- За прямоугольником написано, что именно тебе необходимо вписать.**

**- Эти прямоугольники ты можешь просто выделить и удалить, а свой текст списывать прямо в поле, в котором написано задание, удалив сам текст задания.**

**Текст инструкции также можешь удалить, если он мешает тебе сосредоточиться на выполнении методики.**

**№9 Дата**

Поставьте дату, когда вы начнете это делать?

**№8 Этаж четвертый «Первый шаг»**

Посмотрите, что вы написала в этаже 1, прибавьте все, что написано в этаже 3. Сравните это с этажом 5. Будет точно, чего-то не хватать. Напишите, что вы можете начать делать сейчас.

**№7 Этаж третий «Помощь»**

Также, как в этаже 2, по пунктам, напишите, чем именно каждый из этих людей может вам помочь.

**№6 Этаж второй «Помощники»**

Здесь, по пунктам, 1.., 2.., 3.., и т. д., напишите всех людей, которые могут оказать вам помощь.

**№5 Этаж первый «Я сейчас»**

Напишите все, что вы умеете и знаете уже сейчас. По аналогии с тем, как писали это в этаже 5.

**№4 Этаж пятый «Я в будущем»**

Представьте, что вы достигли того, что написано в крыше. Опишите здесь все то, что вы умеете и знаете, что помогло вам эту цель достичь.

**№3 КРЫША**

Промежуточная цель

Впишите здесь промежуточную цель,

без которой основная цель (солнце) будет точно недостижима.

**№1 ЗВЕЗДА**

Мечта.

Здесь необходимо ввести то, о чем вы мечтаете