

# На деда Мороза надейся, а сам не плошай!

## Почему мечты не сбываются?

- 1. Мы не мечтаем
- 2. Мы не ставим цели
- 3. Мы боимся
- 4. Мы не видим четкой картинки, нет плана

#### Намечтаем мечты!

Через 5 лет...

Я хочу жить в

Меня окружают эти люди:

Я хочу заниматься

Я хочу уметь

Я хочу иметь

#### Намечтаем мечты!

Через год...

Я хочу жить в

Меня окружают эти люди:

Я хочу заниматься

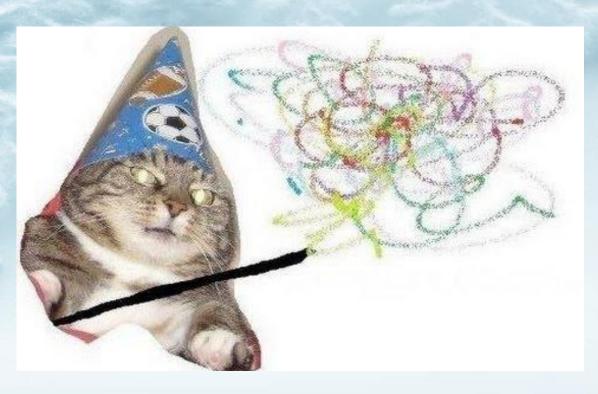
Я хочу уметь

Я хочу иметь

### Колесо баланса



## Превращаем мечты в цели



#### **CUCTEMA SMART**

Specific - конкретная

Measurable - измеримая

Achievable - достижимая

Relevant - актуальная для вас

Timed - ограниченная во времени

## Составляем календарь

THE RESERVE TO SERVE THE PARTY OF THE PARTY	State of the last		
	Январь	Февраль	
	Март	Апрель	
	Май	Икнь	

#### Группа поддержки

- 1. Тема года
- 2. Девиз года
- 3. Слово года
- 4. Полезные привычки

## Карта года



#### Фильтры для мечты

- 1. Хочу и все
- 2. Если все стоит 1 рубль
- 3. Золотая рыбка

## Соглашение с собой



## Письмо в будущее



### Путь в тысячу миль начинается с первого шага

- 1. Пообещайте себе, что сделаете 3 пункта для вашей мечты в течение 3 недель
- 2. Запишите их
- 3. Напишите свой имейл на листочке
- 4. Отдайте мне:)

#### Полезные книги

- 1. М. Джей "Важные годы"
- 2. Б.Шер "О чем мечтать", "Мечтать не вредно"
- 3. Л. Парфентьева "100 способов изменить жизнь"
- 4. Б. блюменталь "Одна привычка в неделю"
- 5. Эль Луна "Между надо и хочу"
- 6. Л. Бройнинг "Гормоны счастья"

700m.r