

שאלון הצבת מטרת לקורס "NLP"

1. מה בדיוק את/ה רוצה (ספציפי ומדיד)

2. מדוע זה חשוב לך? מה הדברים הטובים שיקרו כשהמטרה תוגשם?

אילו דברים רעים יקרו אם לא יתרחש שינוי?

3. אם באורח פלא, מחר בבוקר הכל היה כמו שהיית רוצה, מה יסמן לך שהשגת את מה שרצית?
(איך תדע, מה תראה, מה תשמע, מה תרגיש, מה תגיד לעצמך, מה יהיה סביבך?)

4. איזה משאבים רגשיים \ פיזיים \ אנשים אחרים עומדים לרשותך היום שניתן להיעזר בהם?

5. איזה משאבים עדיין חסרים לך?

6. מה עליך לעשות כדי להשיג את המשאבים הדרושים?

7. מה עלולות להיות ההשלכות של הגשמת המטרה?

8. איך אפשר לשמר את הדברים החיוביים וגם להגשים את המטרה?

9. מה הצעד הראשון או הצעדים הראשונים שאת/ה מתחייב/ת אליהם עכשיו?
