

תרגיל 6: חלומות והעומד בדרך אליהם

תמלול חלומות באופן בהיר הינו צעד ראשון בדרך להגמשתם

1. חברו לפחות חמישה היגדים שאתם מאחלים לעצמכם בעוד עשר שנים או יותר
2. כתבו עבור כל היגד מדוע אתם מייחלים אותו
3. דרגו מ-1 (סיכוי נמוך) ועד 5 (סיכוי גבוה) את סיכויי ההצלחה שלכם לממש כל אחד מן ההיגדים
4. כתבו מדוע אתם מעריכים את הצלחתכם בסבירות זו, ומה הגורמים המגדילים או המקטינים את סיכויי הצלחתכם לממש את חלומותיכם