

### תרגול האימון הפילוסופי לנקודות מבט.

1. זיהוי הנושא – על מה את רוצה לדבר?
2. הגדרת מטרה – בשביל מה? מה יהיה שם? מה יתאפשר? על מה ישפיע בחיך?
3. עיצוב יחסים הווייתי – א. איך להיות אתך? ב. מה תרצי שיהיה בסוף השיחה?
4. התמקדות בנושא – מה קורה היום? (מכאן מתחילים עם הכלי של נקודות מבט)

- א. מה קורה היום? מה ההרגשה? סיכום במילה? ☹
- ב. מה האישיות מוערכת אומרת על הנושא? מה ההרגשה? סיכום במילה. / טיפ ☺
- ג. מה השדון אומר על הנושא? מה ההרגשה? סיכום במילה ☹
- ד. מה אני עתידי במיטבי אומר על הנושא? מה ההרגשה? סיכום במילה. / טיפ ☺

### סיכום נקודות מבט ובחירת נקודת מבט לפעולה בשבוע הקרוב.

5. סיעור מוחות ותוכנית פעולה: מתי את רוצה לעשות צעד ראשון כדי להתקדם להגשמת המטרה? מה את מציעה לעשות? להציע הצעות נוספות ולהגיע לתוכנית פעולה ממוקדת, אטרקטיבית, מדידה, ריאלית, עם זמן ביצוע מדוייק.
6. מחוייבות: לאלה 3 חוזקות או ערכים את אומרת כן כדי לבצע?  
לאלה 3 חולשות והרגלים את אומרת לא כדי לבצע?  
מתי אדע שבוצע?

הערה: כדאי להחליף מקומות בשלב 4 כשעוברים מנקודת מבט אחת לשנייה. (גיאוגרפיה)