

1. Желаемое состояние	
Что вы хотите?	
Это сформулировано в виде утверждения?	
Это будет начинаться вами и контролироваться вами?	
Дайте уточненное описание в терминах сенсорных систем (вижу-слышу-чувствую) и\или поведением продемонстрируйте то, чего хотите.	
Дайте пример того, чего хотите.	
Когда у вас это будет, что это вам принесет? Что вы от этого получите?	
2. Свидетельства достижения	
Как вы узнаете, когда получите это? Какие конкретно факты дадут вам знать, что вы достигли этого?	
Какие конкретно свидетельства дадут вам знать, что вы делаете прогресс на пути к вашей цели?	
3. Контекст	
Где, когда и с кем я хочу этого?	
Какие конкретно ключи в терминах сенсорных систем (вижу-слышу-чувствую) будут запускать новое поведение или состояние?	
4. Экология \ конгруэнтность	
Как желаемый результат повлияет на другие аспекты вашей жизни, и положительно, и отрицательно? Есть ли какая-либо часть вас, которая имеет какое-либо возражение против достижения этого результата?	
5. Препятствия	
Что удерживает вас от того, чтобы иметь этот желаемый результат сейчас?	
6. Существующие ресурсы	
Какие ресурсы, из уже имеющихся у вас, будут поддерживать достижение результата?	
7. Дополнительные ресурсы	
Какие еще ресурсы вам нужны для того, чтобы получить этот результат?	
8. Шаги	
Как вы собираетесь достигнуть этого?	
У вас есть больше, чем один путь к достижению результата?	
Первый шаг пути — конкретизирован и достижим? А последующие?	