

- Що ви вважаєте несправедливим у своєму житті?



- Чи є у вашому житті проблеми, які ви ігноруєте?



- Що ви можете зробити, щоб не стати жертвою цих проблем?



- Що для мене є дійсно важливим у житті?



- Наскільки те, на чому зосереджена ваша увага зараз, допомагає вам досягти своїх життєвих цілей?



Лише змінивши фокус уваги, можна отримати інші думки, що викличуть інші емоції, які призведуть до інших дій.