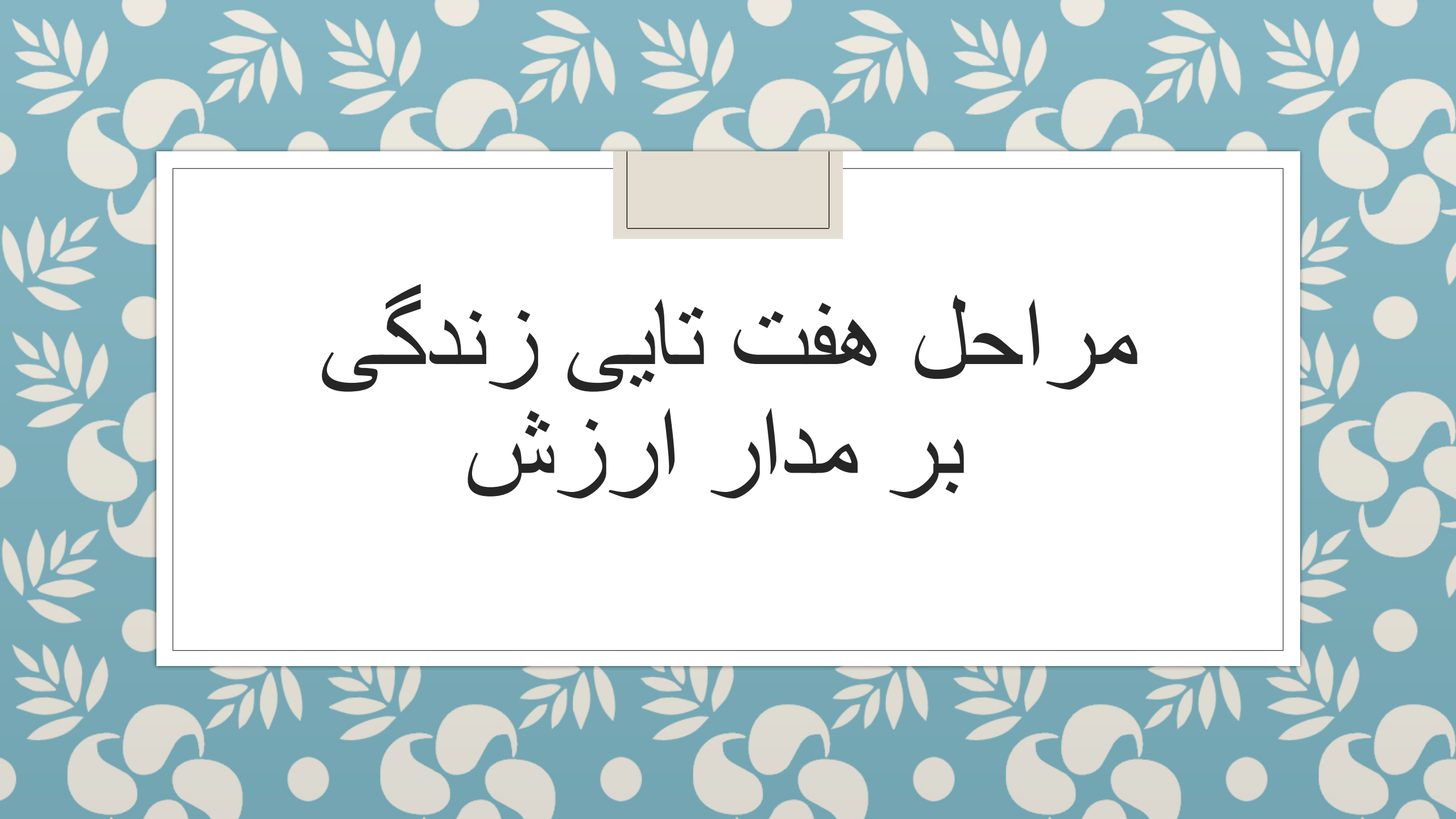




مراحل هفت تایی زندگی بر مدار ارزش

1. شناخت مسیر (یافتن ارزش ها)

2. هدف گذاری (اهداف کوتاه مدت، میان مدت، و بلند مدت)

3. تعیین اعمال (قدم های روشن ، مشخص و شفاف)

4. شناسایی موانع : دورنی/ بیرونی

5. رد شدن از موانع : حل مسئله/ پذیرش / گسلش

6. انتخاب

7. تعهد