***Вправа «Успіх».***

Вирішіть, який успіх найважливіший для вас – домогтися визнання на новому поприщі, вступити до інституту, придбати автомобіль, вдало одружитися і т.д.

Розслабтеся, закрийте очі й уявіть собі, що ви досягли мети, відчуйте задоволення і почуття власної сили, яке воно приносить. Відчувайте підйом, зрушення, впевненість у собі й володіння ситуацією. Потім уявіть, як інші підходять чи телефонують, щоб привітати вас. Ви відчуваєте теплоту і схвильовані, приймаючи похвалу від них. Вони говорять вам, який  ви щасливий, як себе прекрасно почуваєте, ви здатний на все, чого забажаєте.

