

Moje motivace

Analýza mojí motivace

- Jakého cíle chci dosáhnout?

- Z jakého důvodu chci tohoto cíle dosáhnout?

- Jaké vlastnosti k dosažení cíle potřebuji?

- Zním někoho, kdo tohoto cíle dosáhnul?

- Co vím o tom, jak se dá cíle dosáhnout?

- V jakém časovém horizontu chci cíle dosáhnout?

- Co by mi mohlo cestu k cíli překazit?

- Jak budu na tyto překážky reagovat?

Upevnění motivace

- Zamyslete se nad svými pozitivy a dosavadními úspěchy a pěstujte si víru v sebe samého.
- Pozitivní myšlení a vlastní uznání Vás posune dál.