

Célból → EREDMÉNYT



- motivációs és gondolatrendszerző munkafüzet -



Ertl Orsheel
Önbizalomnövelő Angol & Coaching
www.YourElegantMessage.com



+36 30 499 1461
Sykpe: BORSHEE
mosoly@YourElegantMessage.com

Honnan hova?

Mai dátum:

Eddigre szeretnék eredményt¹:

Az eredmény számomra azt jelenti, hogy

Erre azért van szükségem, mert

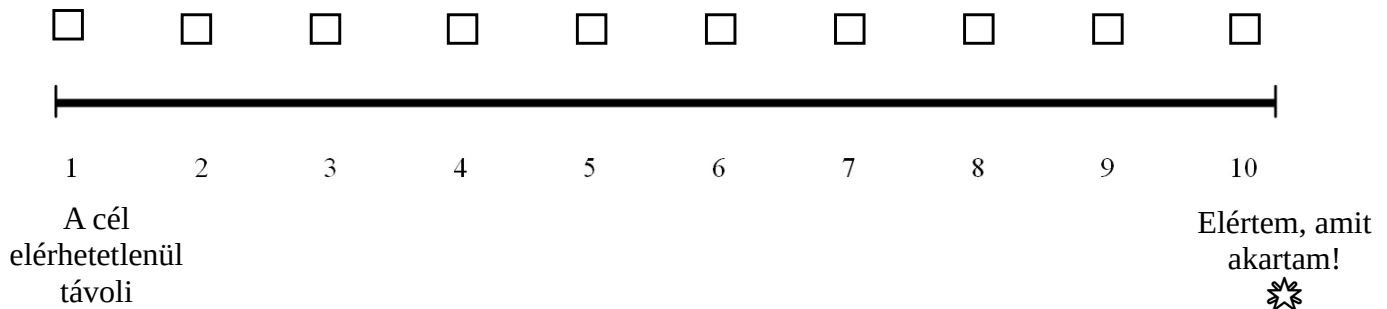
Azt gondolom, hogy képes vagyok az adott eredményt elérni. ☐ igen ☐ nem biztos

Ez eredmény elérése ilyen érzést nyújt majd nekem:

Ha nem érem el a kívánt eredményt², akkor így fogom **érezni** magam:

(nem *gondolni*, érezni! - pl. közömbösem, szomorúan, csalódottan)

A céлом elérésében most itt tartok:



Ha ennél kisebb értéket adtam volna magamnak, az azért nem lett volna valós, mert

Onnan fogom tudni, hogy elértem a skála következő értékét, hogy

¹ Az időközben módosított céldátum is összemérhetetlenül több irányt ad, mint a soha meg nem határozott dátum.

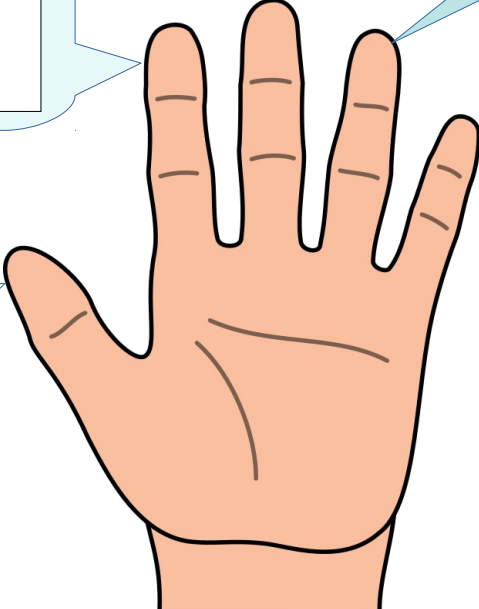
² Az élet bármikor hozhat váratlan fordulatokat. Itt a kérdés az, hogy a **lehetőségekhez** képest kihoztad-e magadból a legjobbat.



Eddig ezeket a lépéseket tettem meg:

Amit eddig már megtettem:	Amivel előrébb lettem ezáltal:	Amit ebből tanultam magamról:

Ha ELDÖNTÖTTED, hogy kézbe veszed a célod megvalósítását, nézd végig, mit sorolnál az egyes kategóriákba:



Ezt csinálom többet

Ezt csinálom kevesebbet

Ezt hagyom abba

Ezt folytatom

Ezt kezdem újra



Ertl Orshee
Önbizalomművelő Angol & Coaching
www.YourElegantMessage.com

+36 30 499 1461
Sykpe: BORSHEE
mosoly@YourElegantMessage.com

Segítők

A célom elérésében ők lesznek mellettem:

<input type="text"/>	[név] azzal fog segíteni, hogy	<input type="text"/>
<input type="text"/>	[név] azzal fog segíteni, hogy	<input type="text"/>
<input type="text"/>	[név] azzal fog segíteni, hogy	<input type="text"/>
<input type="text"/>	[név] azzal fog segíteni, hogy	<input type="text"/>

Minden más

Ezek jutottak még eszembe:

Aláírással megerősítem magam és az engem támogatókat, hogy célomat saját döntésem alapján választottam; a tervezés során magammal őszinte voltam.

Kelt: , 20

a cél tulajdonosa és
az eredmény felelőse
egy személyben



Ertl Orsheel
Önbizalomnövelő Angol & Coaching
www.YourElegantMessage.com

+36 30 499 1461
Sykpe: BORSHEE
mosoly@YourElegantMessage.com