

LÍBÍ SE MI

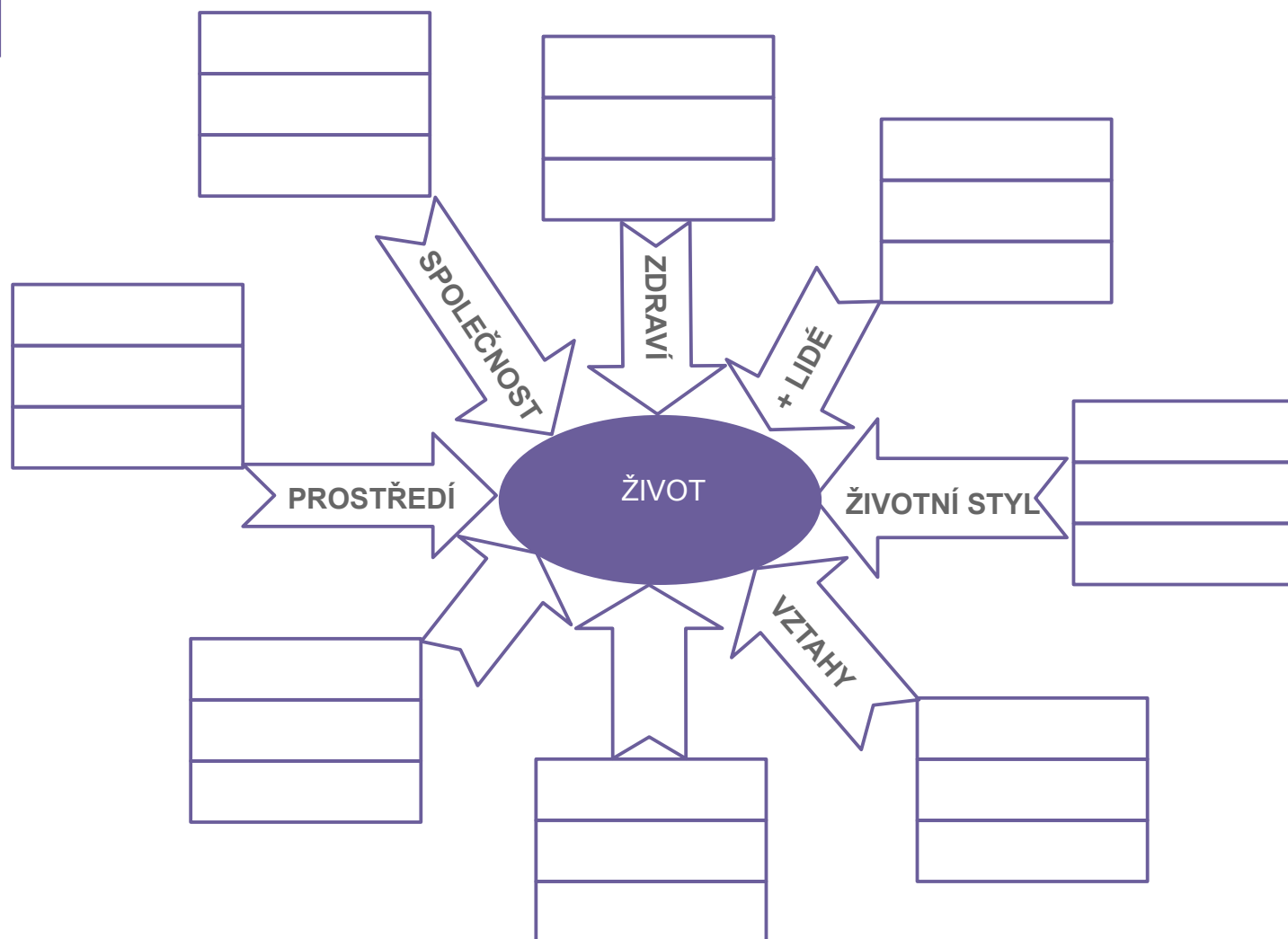
Přítomnost

Klikni na text v šipce a dostaneš se k nápovědě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:

4P-1-2

4P-0



SRDCOVKA

BAVÍ MĚ

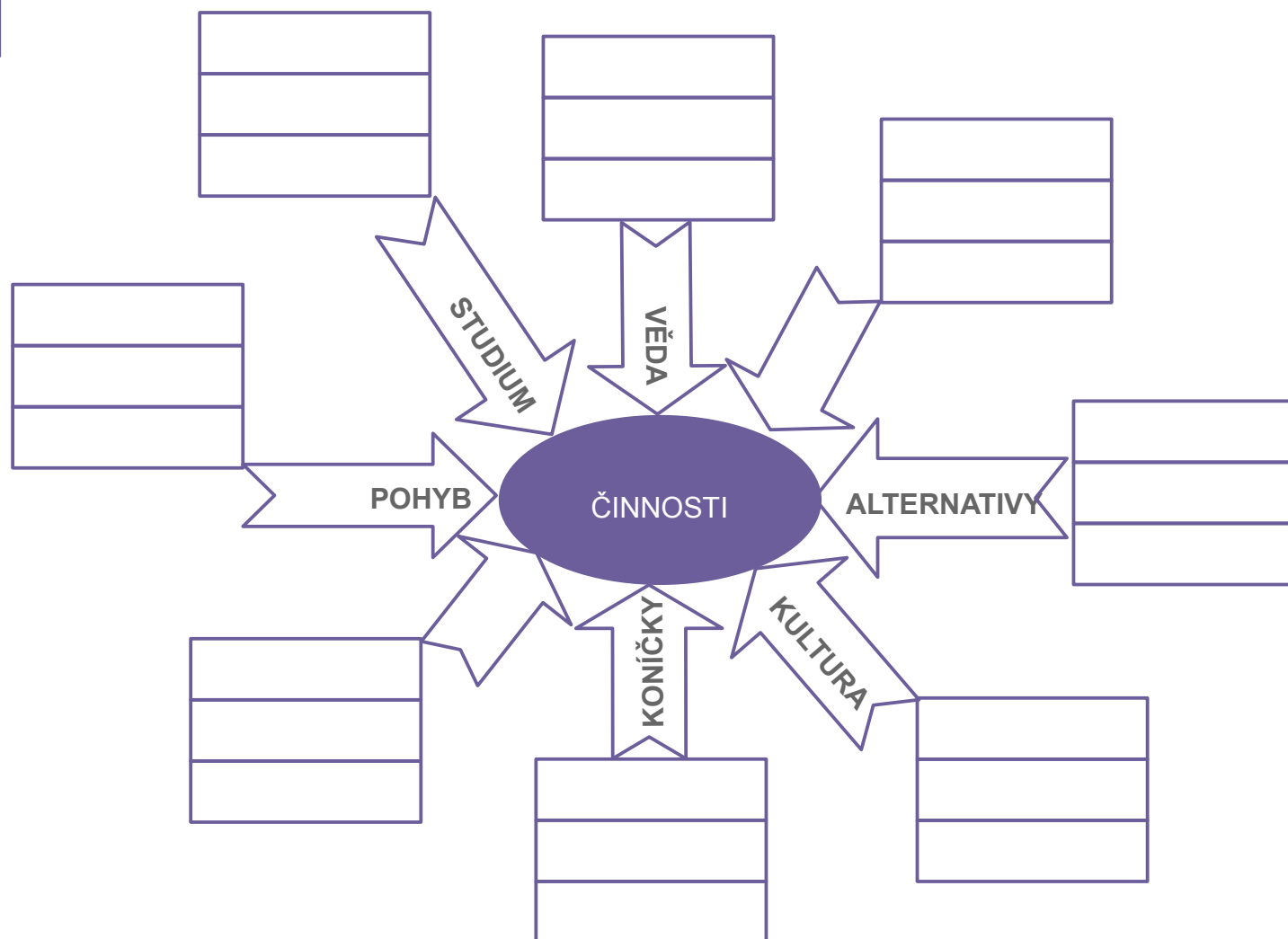
Přítomnost

Klikni na text v šipce a dostaneš se k nápovědě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:

4P-1-3

4P-0



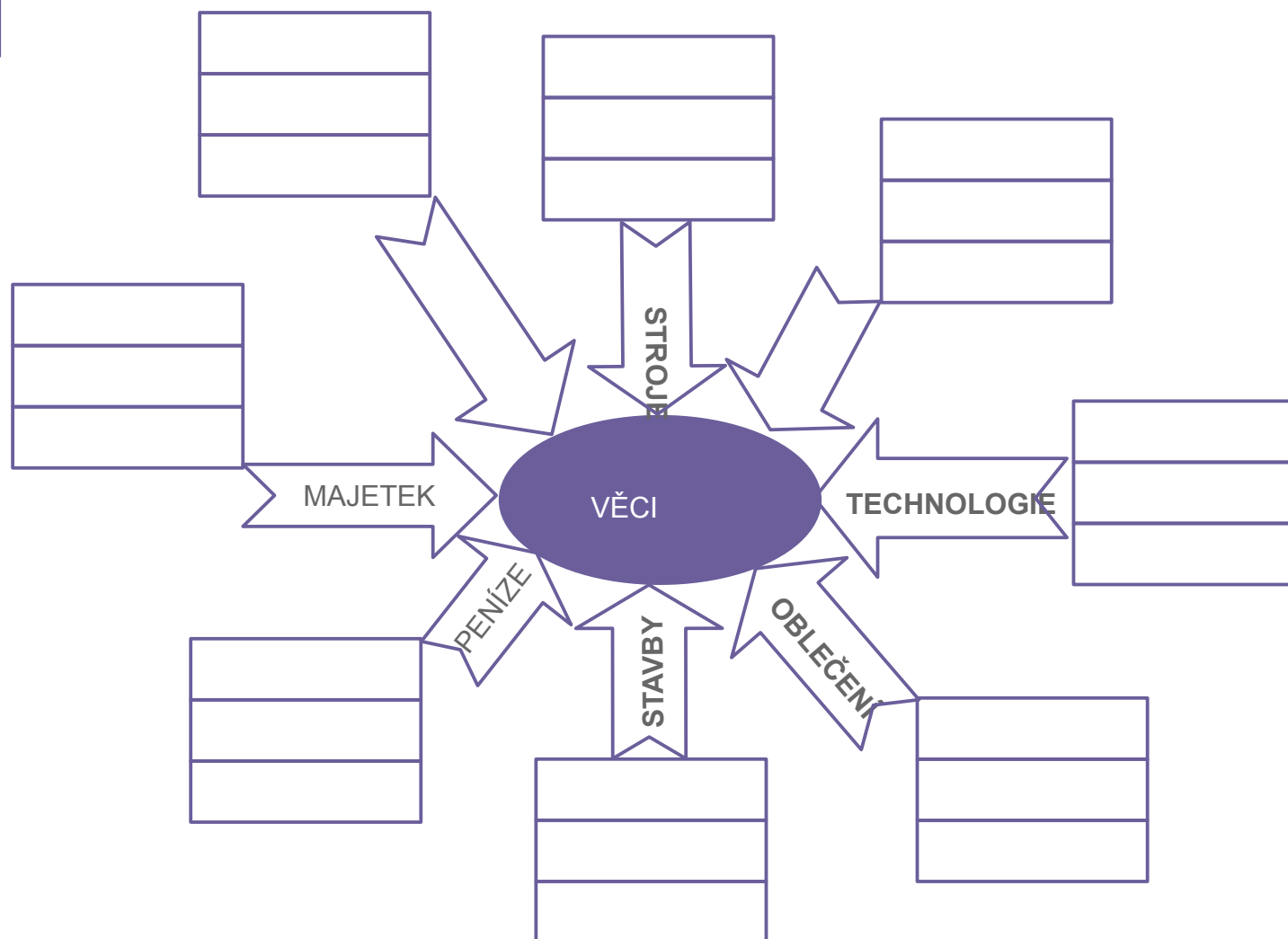
SRDCOVKA

ZAJÍMÁ MĚ

Přítomnost

Klikni na text v šipce a dostaneš se k nápovědě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:



SRDCOVKA

BAVÍ MĚ

Přítomnost

O co se můžeš s druhými podělit? Co jim můžeš předat?

Připomeň si, co se s Tebou děje, když děláš věci s radostí. Při činnostech, kdy se automaticky angažuješ, jsi ve flow....

Jako vodítko můžeš použít jednotlivé nápovědy. I když se to bude zdát jako naprostá banalita nebo samozřejmost nebo i hloupost, (např. **přináší mi klid – úklid**), však ono se z toho ve výsledku něco smysluplného ukáže. Tři poznatky si zapiš. Co je spojuje?

Dnes je:

4P-1-3-1

když, jsem 100% ve flow	na, dostávám zpětnou vazbu
100% miluju	když, tak nemyslím na jídlo ani na spánek
.....i bez nároku na odměnu	užívám si
když, prožívám radost mi přináší klid
kdyžcítím vlastní užitečnost	automaticky se angažuji v
lidé ode mě chtějí radu ohledně	usmívám se, když
když, jsem naprosto bez starostí	když, cítím maximální spokojenost
..... mi jde od ruky	při mám vysoké nasazení
moc ráda	

SRDCOVKA

KDYŽ TO DĚLÁM
S RADOSTÍ

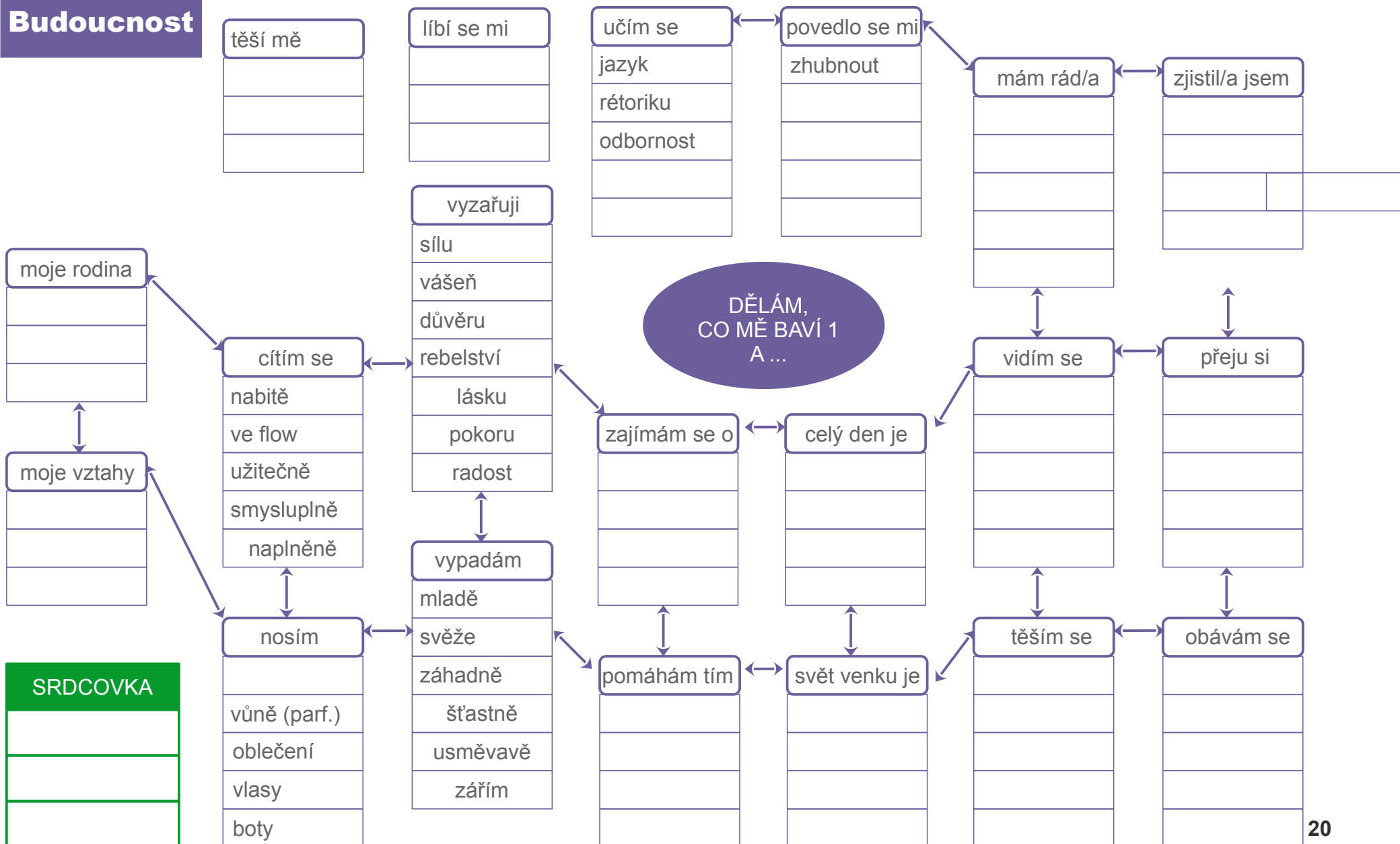
BAVÍ MĚ

Budoucnost

Jaké by to bylo? I když možná ještě neznáš svoje poslání nebo práci snů, představuj si teď, že už je znáš. Jak se cítíš? Co prožíváš? Co o Tobě říká Tvoje rodina, přátelé, komunita? Co o Tobě píšou v článcích? Jak vidíš sebe za rok? Za 5 let? To hlavní si запиš.

Dnes je:

4B-1-3-2



BAVÍ MĚ

Budoucnost

PŘEDSTAVY

Jaké by to bylo? I když možná ještě neznáš svoje poslání nebo práci snů, představuj si teď, že už je znáš. Jak se cítíš? Co prožíváš? Co o Tobě říká Tvoje rodina, přátelé, komunita? Co o Tobě píšou v člancích? Jak vidíš sebe za rok? Za 5 let? To hlavní si zapiš.

Dnes je:

4B-1-3-3

jsem
vyhledávaný/á
odborník na

mám
nový dům
rychlé auto
pevné vztahy
práci snů

dělám
co mě baví
cestuju
vzdělávám se

dělám to
lehce
kvalitně
jednoduše
rychle
s nadšením

úspěchu jsem dosáhl/a díky
vytrvalosti
kontaktům
píli

lidé
mi děkují
mi píšou
jsou veselí
mě doporučují

DĚLÁM,
CO MĚ BAVÍ 2
A ...

inspiroju se

říkají, že jsem
spolehlivý/á

SRDCOVKA

TĚŠÍ MĚ

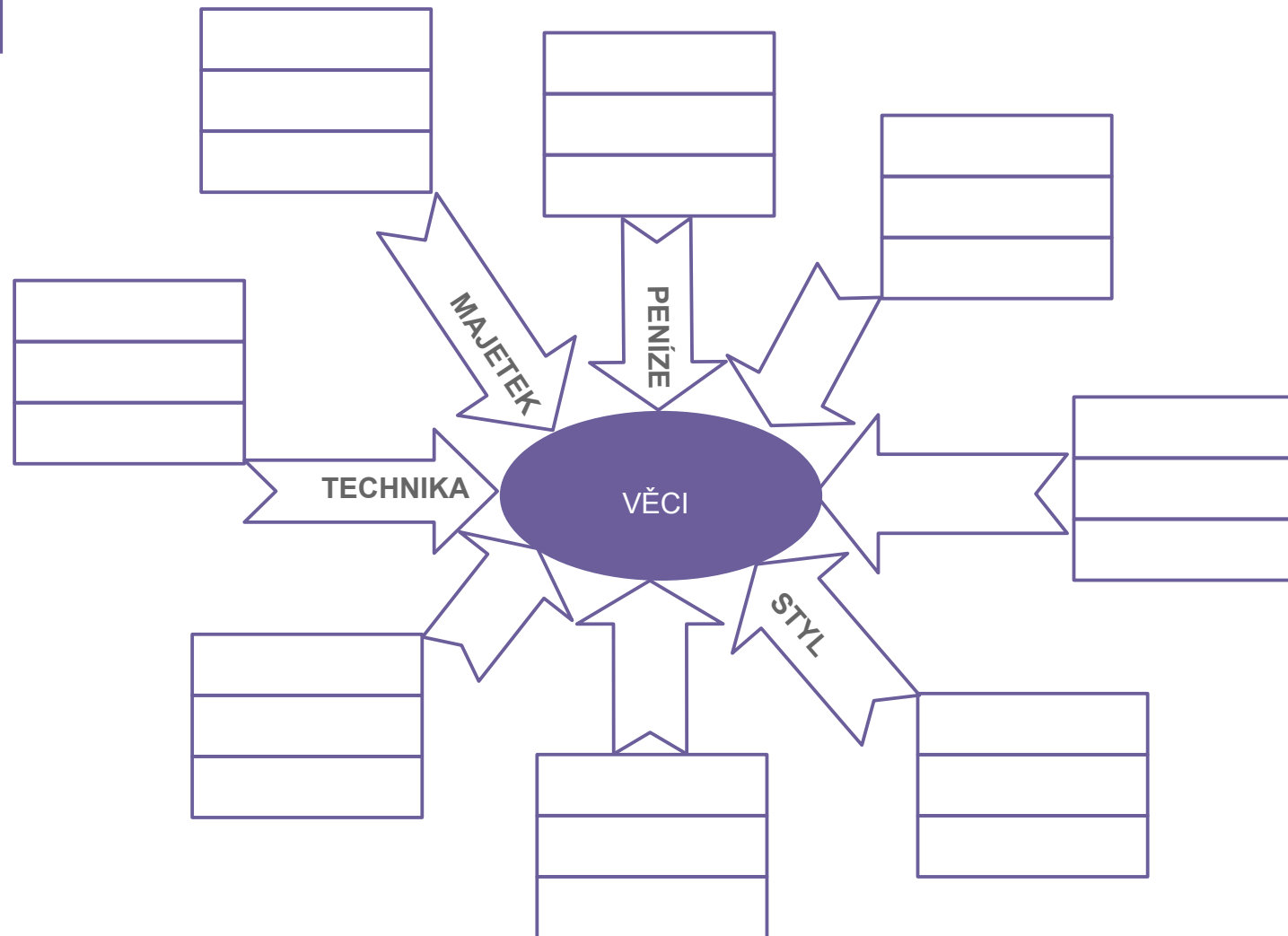
Přítomnost

Klikni na text v šipce a dostaneš se k nápovědě v podrobnější myšlenkové mapě.
Následně si sem ke každému tématu zapiš max 3 možnosti, které cítíš jako správné. A do „srdcovky“
3 nejdůležitější ze všech.

Dnes je:

4P-1-4

4P-0 



SRDCOVKA

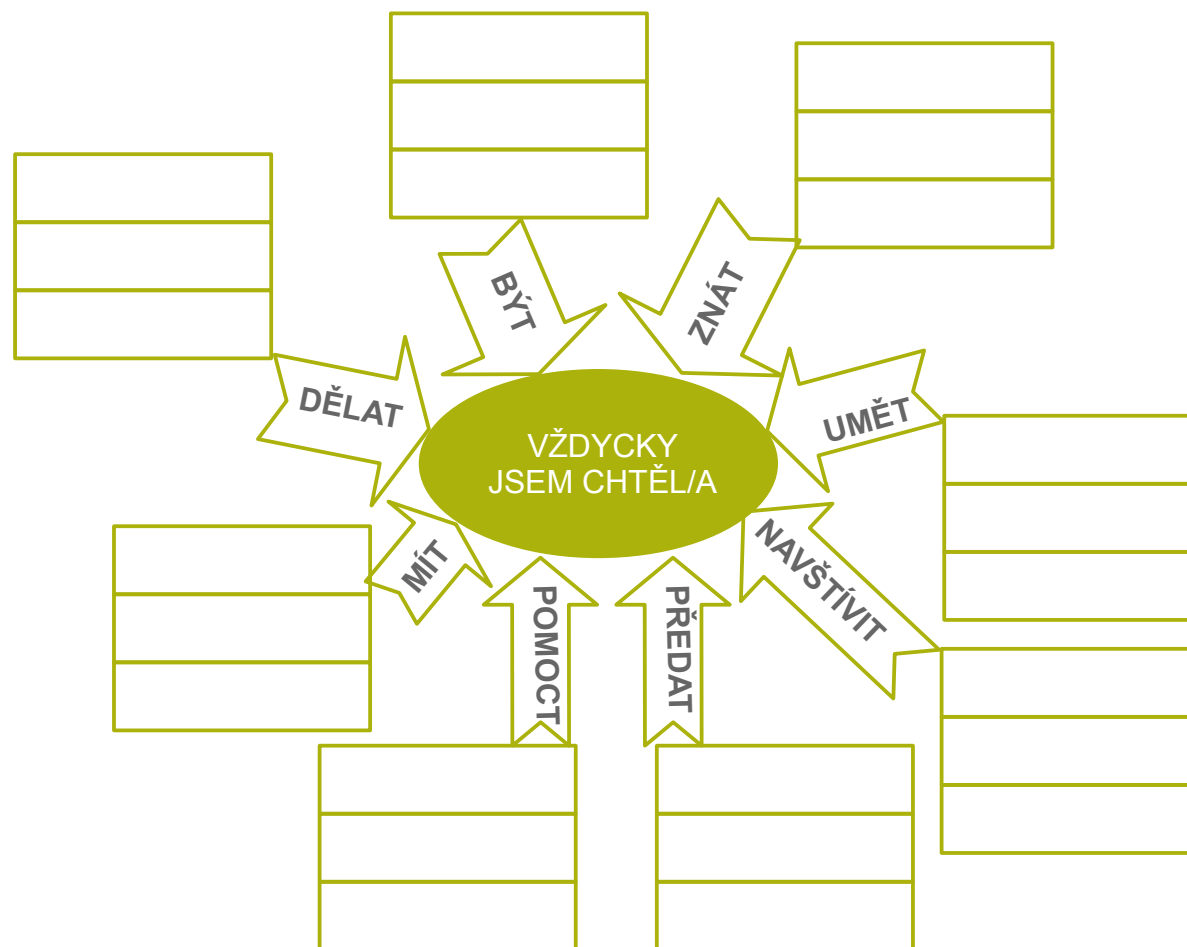
CHTĚL/A JSEM

Minulost

Vzpomeň si na svoje sny z minulosti.
Připomeň si, co Tě bavilo **JAKO DÍTĚ** a informace si porovnej a zapiš.
Stejně tak si porovnej, co sis vždycky přál/a už **JAKO DOSPĚLÝ/Á**.

Dnes je:

4M-1



SRDCOVKA

BAVILO MĚ

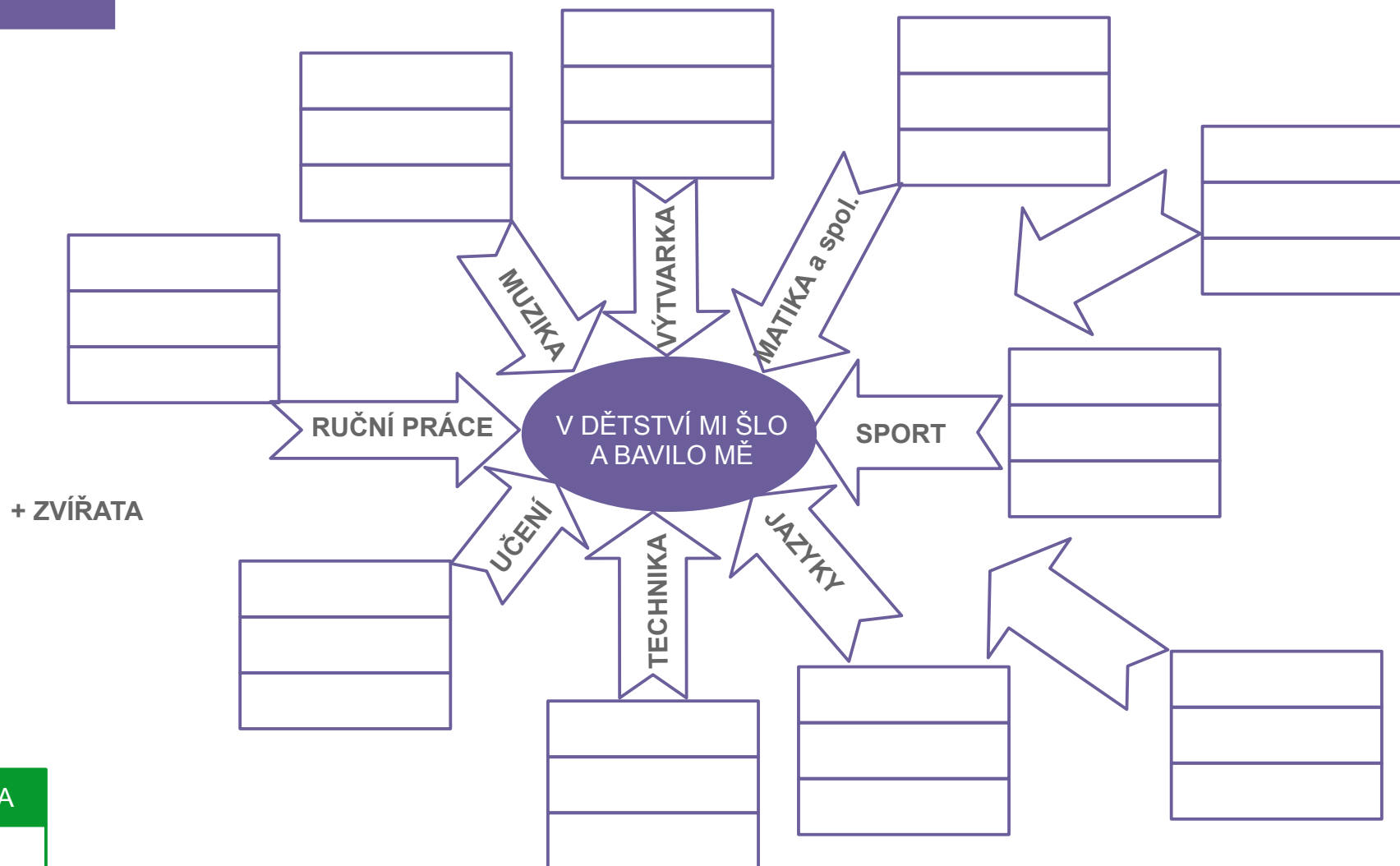
Minulost

Co Tě v dětství nejvíc bavilo?
Vzpomeň si na 3 věci, které jsou pro Tebe srdcovka.

Dnes je:

4M-1-1

3P-1



SRDCOVKA

CHTĚL/A JSEM

Minulost

hrál/a jsem si na

princezny
Vinnetoua
Tarzana
vojáky

při hře jsem používal/a

pastelky
písek
vodu
kameny
hlínu
dřevo
hrnce a poklice

ve škole mi šlo

matika
jazyky
tělák
hudebka
výtvarka
sloh

chválili mě za

poslušnost
píli
sport
známky
nápady

snila jsem o

Barbíně
bruslích
lyžích
džínách
kamarádech
dlouhých vlasech
zámku

chtěla jsem být

popelář
princezna
kosmonaut/ka
policajt/ka
učitel/ka
baletka
hasič/ka
spisovatel/ka

Dnes je:

4M-1-1-1

4M-1

SRDCOVKA

bavilo mě

Dělám to ještě? _____
Proč? _____
Šlo by to znovu? _____

JÁ
JAKO DÍTĚ

šlo mi

Co můžu dnes využít? _____
K čemu? _____
Jak? _____

CHTĚL/A JSEM

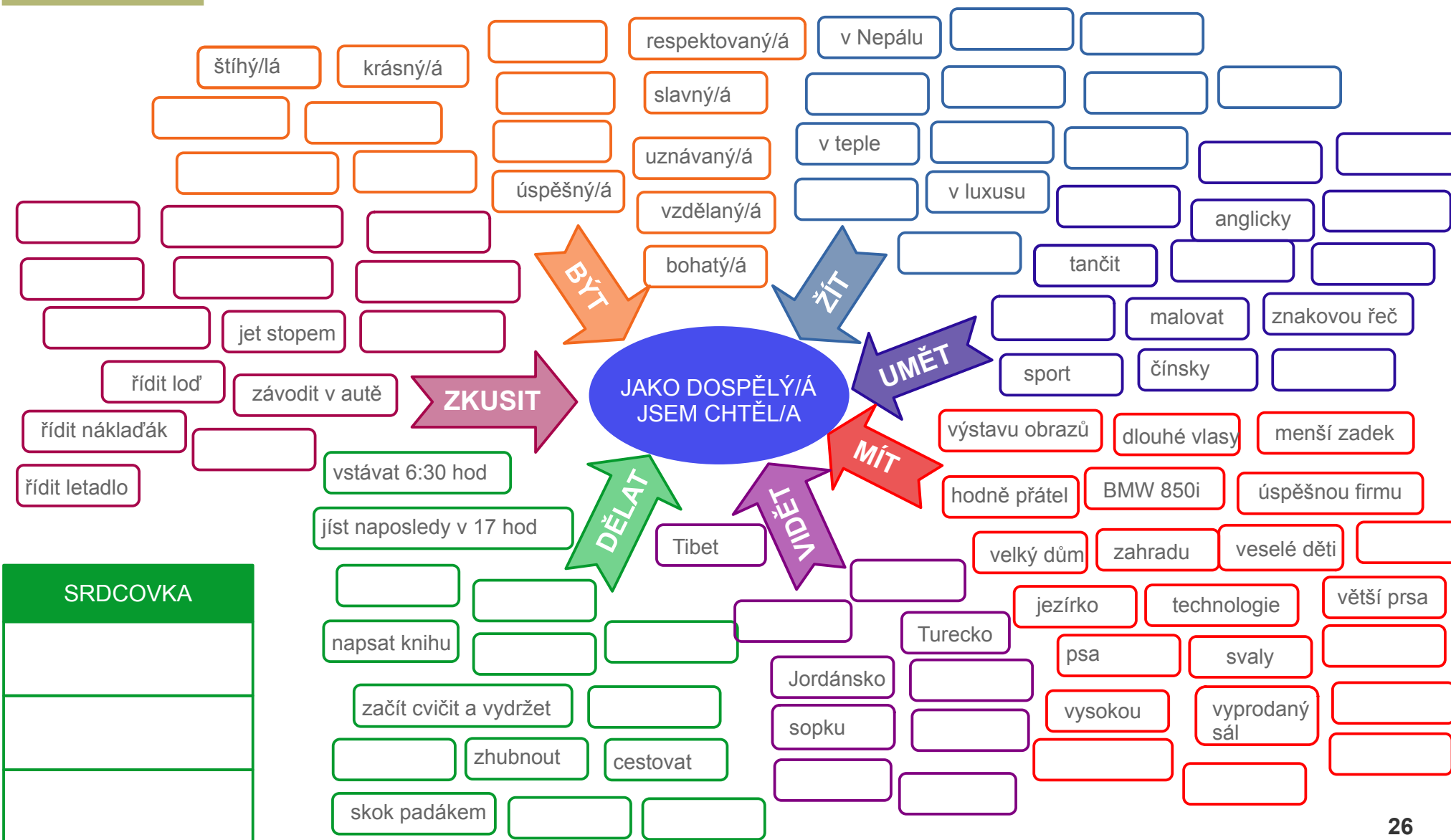
Minulost

Vzpomeň si na co nejvíc věcí, které jsi chtěl/a jako dospělý/á zažít. Co z toho je možné podniknout?

Dnes je:

4M-2

4M-1



SRDCOVKA

CHTĚL/A JSEM

Minulost

Jako dítě jsi chtěl/a... Vždycky sis přál/a... Proč to ještě neděláš? Co Tě brzdilo?
Jak můžeš využít omezení ve svůj prospěch? Napadá mě např. - máš malé děti, víš hodně o péči,
výživě, výchově. Staráš se o rodiče nebo se vám právě narodila štěňata?
Můžeš svými znalostmi pomoci dalším lidem? Co Tě napadne, si zapiš.

Dnes je:

4M-2

CHYBÍ MI...



Jak to můžu získat?

Zrazovali mě, že prý

Nemůžu, mám strach, že...

Nechtělo se mi do toho, protože...

ALE...

Omezuje mě...

děti, pes, zdraví, finance....

TAKŽE?

Už to někdo dělá;
Neumím prodávat;
Tohle nikoho nebude zajímat;
Lidé mi nebudou chtít platit;
To není pro mě ...

Další předsudky?

Vlastně mám co předat, protože ...

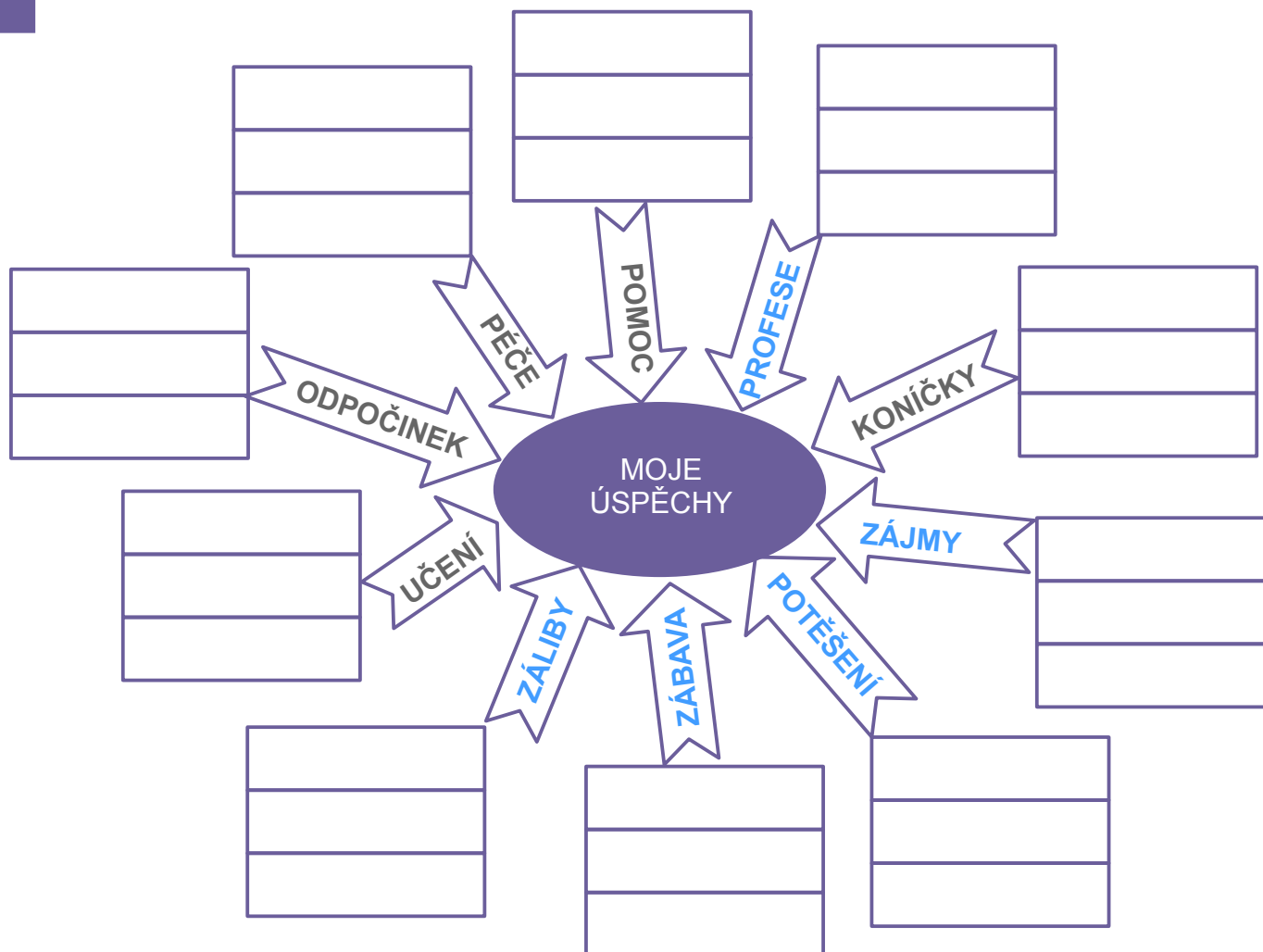
DOKÁZAL/A JSEM

Minulost

Co považuješ za svoje největší úspěchy?
Až si je vybavíš a zapíšeš, vyber jen 3, které opravdu stojí za to a jsou pro Tebe srdcovka.

Dnes je:

4M-3



SRDCOVKA

MÁM

Přítomnost

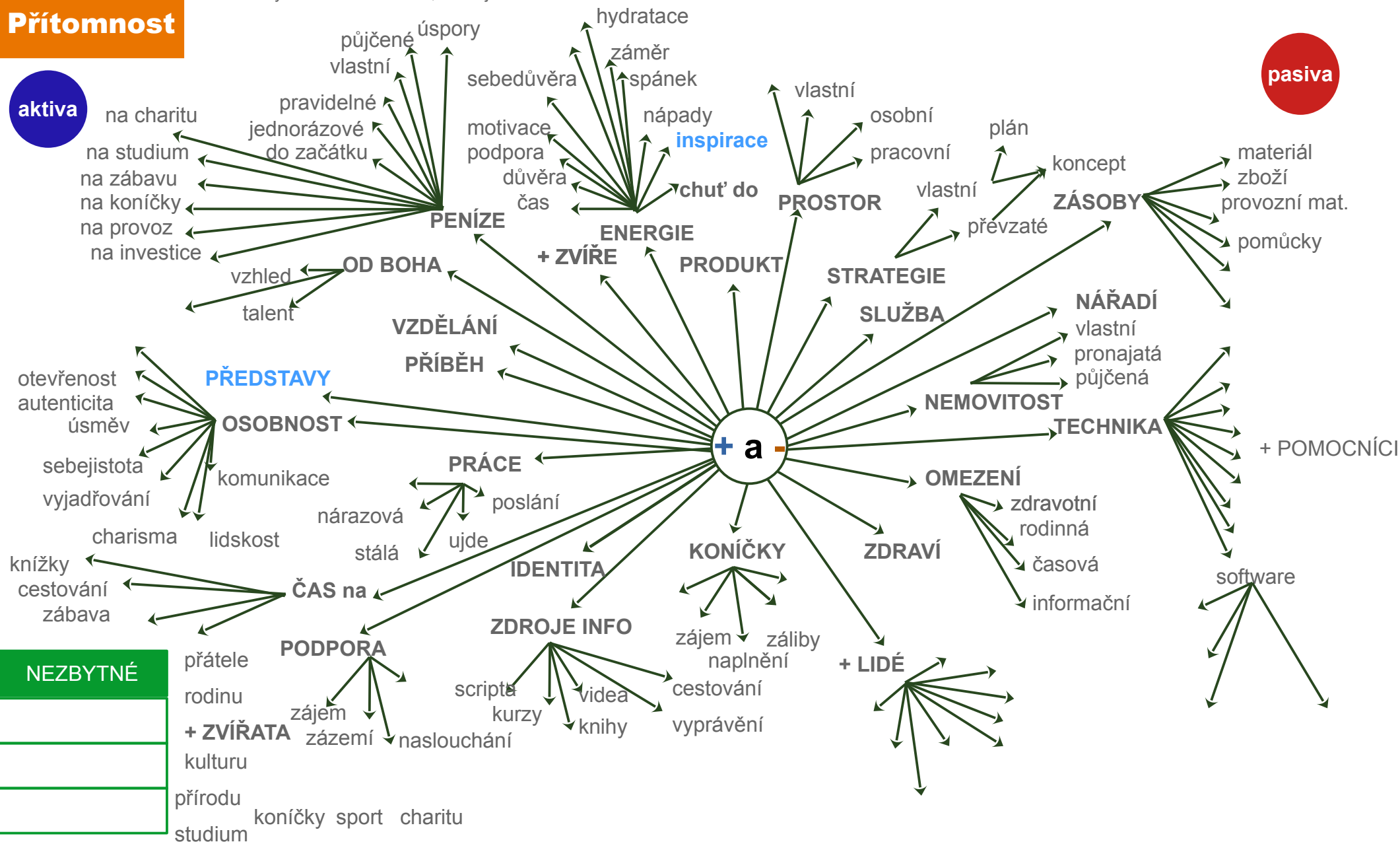
Ujasni si, co máš a co Ti chybí. Poctivě uvažuj, co opravdu pro realizaci svého poslání nebo práce snů potřebuješ. Svoje aktiva si přímo do listu označ modře, pasiva označ červeně. Závěrem si zapiš tři věci, které nezbytně **POTŘEBUJEŠ**, ať už je v současnosti máš nebo nemáš.

Dnes je:

5P-1

aktiva

pasiva



NEZBYTNÉ

přátele

rodinu

+ ZVÍŘATA

kulturu

přírodu

studium

koníčky sport charitu

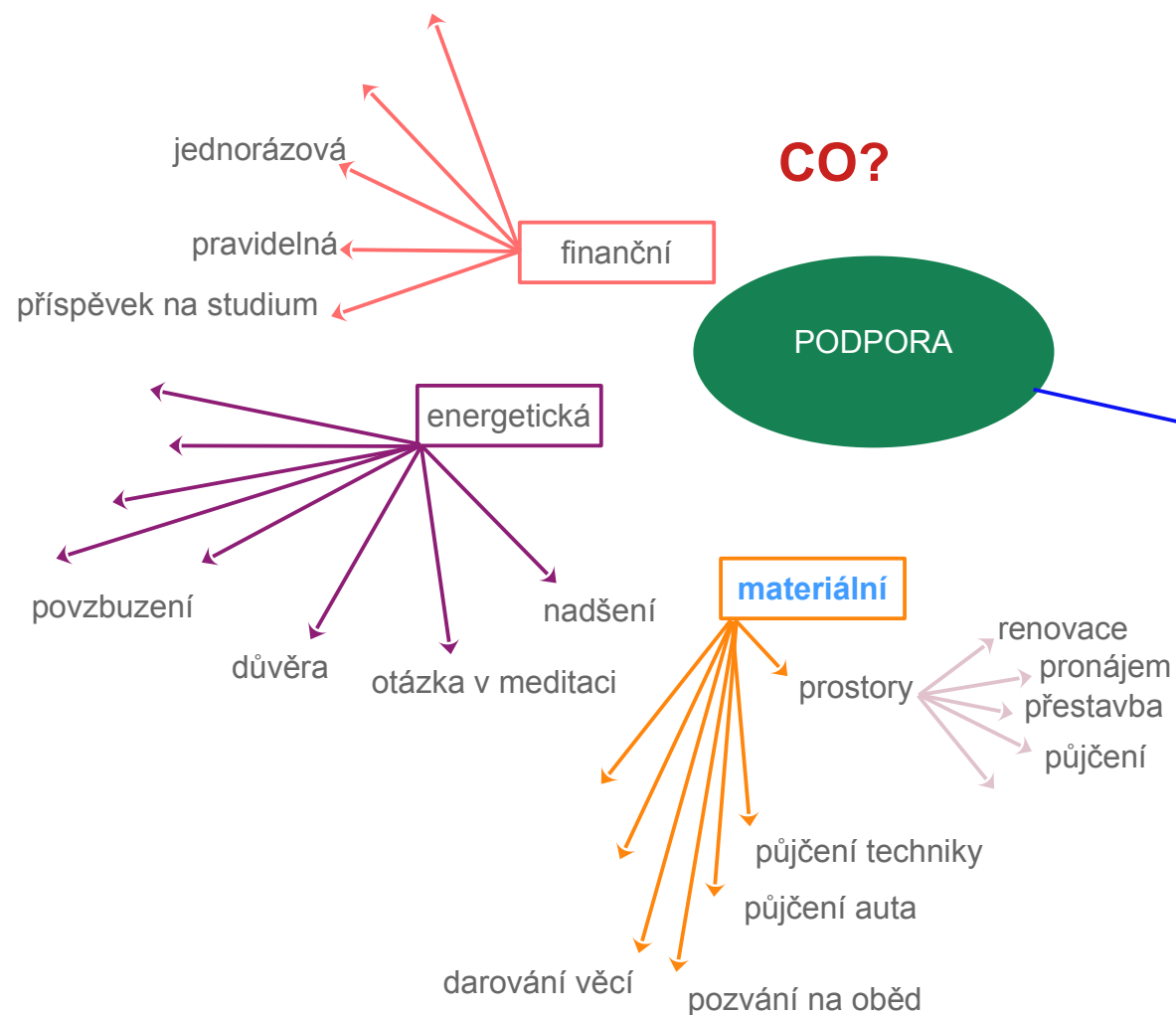
MÁM

Pokud Ti chybí materiální věci nebo peníze, zamysli se nad půjčkou – jestli ustojíš dluhy a kdo Tě případně může podpořit.

Dnes je:

5P-1-1

Přítomnost



KDO?

+ LIDÉ

odborník

banka

realitka

půjčovna

PODPORA