

Kontrakt sám se sebou

1. Co od výcviku očekávám.
2. Negativa z bodu 1 převést do pozitiv.
3. Pokusit se to co očekávám vysvětlit 8letému dítěti tak, aby to pochopilo.
4. Co konkrétně chci od lektorů.
5. Co nechci, aby v kurzu bylo.
6. Co nebo kdo mi může pomoci k dosažení cíle (rodina aj.).
7. Co mi může bránit a překážet v dosažení cíle a jak moc.
8. Co do toho musím já osobně investovat, aby se to očekávání splnilo.
9. Co mě může během výcviku mile překvapit.
10. Co mě může během výcviku nemile překvapit.

Zpracoval/a:

Dne: