

Шесть источников влияния.

Будущее не просто результат нашего выбора среди различных путей, предлагаемых настоящим, но место, которое мы создаем... Сначала создаем в уме и желаниях, потом посредством действий.

	Мотивация	Способность
Личная	1	2
Социальная	3	4
Структурная	5	6
	Хочет	Может

Ответьте на следующие вопросы. Будьте точны, пожалуйста.

Что вы хотите улучшить?

В какой временной интервал?

Какие изменения вы должны будете сделать, чтобы достичь цели?

Источник 1: Личная мотивация

Как ваша жизнь будет выглядеть через 5 лет, если вы сделаете эти изменения?

Резюме: Почему вы хотите сделать эти изменения?

Источник 2: Личная способность

Какие знания или навыки вам нужны, чтобы сделать эти изменения?

Как вы их сможете получить?

Источник 3 и 4: Социальная мотивация и способность

Перечислите своих сообщников. Что вы будете делать, чтобы избежать их негативного влияния?

Источник 5: Конструктивная мотивация

Как вы будете себя награждать за небольшие победы по дороге? (перечислите промежуточные цели, даты и награды за них)

Источник 6: Конструктивная способность.

Как вы организуете свое окружение, чтобы изменения происходили бы легче, а свернуть с пути было бы сложнее?

Личное мотивационное предложение

Суммируйте в одном параграфе ваши наиболее важные причины того, почему вы хотите измениться.

Читайте это каждое утро, чтобы напомнить себе свои планы, и то, почему так важно следовать им. Когда вы готовы нарушить свой план или сделать исключение, читайте свой мотивационный параграф медленно и вдумчиво, чтобы помочь себе сделать правильный выбор в этот момент.

Материалы, которые необходимо просмотреть перед выполнением задания:

Видео «Изменить все, что угодно...» (1 часть) по ссылке:

<https://www.youtube.com/watch?v=-hPEoVCGww>

Видео «Изменить все, что угодно...» (2 часть) по ссылке:

<https://www.youtube.com/watch?v=8YtIT09vBV4>

1. Распечатайте этот документ.
2. Заполните его.
3. Анализируйте выполнение.
4. Корректируйте план при необходимости.

Если Вы хотите использовать свои достижения по изменению привычек , как инструмент для создания и расширения своего бизнеса, то можете после получения своего результата связаться с Горбачевым Владимиром по e-mail: gor_v@list.ru