

ZOBACZ SKĄD CZERPAĆ SIŁĘ

W utrzymywaniu własnej motywacji do działania na wysokim poziomie sprzyja utrzymywanie kontroli nad własnym życiem poprzez:

- » rozwijanie własnej niezależności myślenia i działania
- » wiarę, że marzenia mogą być zrealizowane
- » przeformułowywanie swoich marzeń na cele
- » umiejętność przeciwstawiania się krytyce i opinii reszty świata
- » wspieranie własnego entuzjazmu i nie zamrażanie energii.
- » stałe odświeżanie świadomości własnych zasobów (np. mocnych stron, umiejętności etc).

W praktyce może oznaczać to, że warto:

- » otaczać się ludźmi pozytywnie nastawionymi, zainteresowanymi inwestowaniem energii we własny rozwój i osiąganiem sukcesów
- » rozważać serio wszystkie pomysły, które przychodzą Ci do głowy - nie rezygnując za wcześnie, ale też nie zaśmiecając rozumu przywiązywaniem się do jałowych pomysłów
- » korzystać z bogactwa informacji jakie dostępne Ci są w bardzo różnych źródłach, uczyć się lokalizować źródła informacji i uczyć się z nich korzystać bez ograniczeń
- » szukać takich aktywności, w ramach których można spotkać ludzi, którzy mają podobne zainteresowania lub są podobnie aktywni w poszukiwaniu efektywnych sposobów działania
- » sprawdzać czy zawsze jesteś w zgodzie ze sobą i na pewno robisz wszystko co jest dla Ciebie ważne.