

CILJ:

Postavljeni cilj je najboljši motivator za dosego uspeha. Postavi si konkreten cilj, ki ga želiš doseči (npr. ocena 4 pri govornem nastopu iz SLJ).



NAGRADI SE

Ko cilj dosežeš ali se mu približuješ, se za dobro delo nagradi. Nagrade vzbujujajo v nas pozitivna čustva, ki vodijo k motivaciji za nadaljnje delo in spodbujajo našo radovednost.

NAČRT

Izdelaj si načrt dela, pripravi potrebščine, ki jih potrebuješ za delo, pripravi delovno okolje in odstrani moteče elemente.



MOTIVACIJA

VZTRAJAJ

Če ne gre vse kot po maslu, ne obupaj! Na poti do cilja je potrebno vztrajati.



ORGANIZACIJA ČASA:

Načrtuj čas dela, čas počitka in čas odmorov in sprostitve.

