



Rendszerelme START Online Tréning

2. Rész

1. Nézz körül hogyan élsz most!

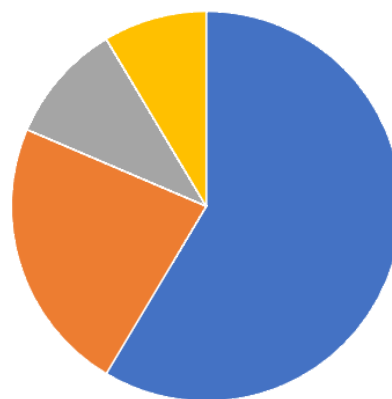
(Kik vesznek körül? Milyen a hangulatod? Kivel töltöd a legtöbb időt? Azt csinálod amit szeretsz?)

Írd le ide azt, amit már most tudod, hogy szeretnél változtatni!

2. Életterületeink, szerepeink megoszlása az életünkben

Mekkora a szerepe az életedben?

- Munka
- Család
- Barátok
- Egészség
- Tanulás
- Hobby
- Önfelnevelés
- stb.



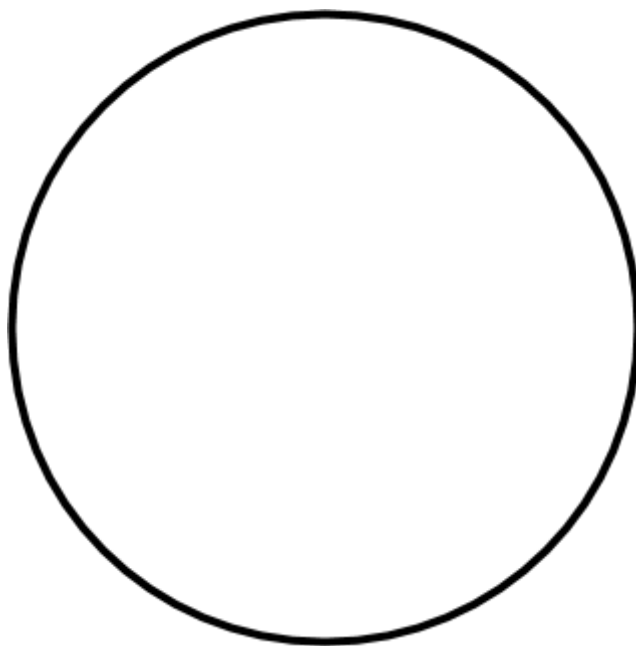
Jelöld a körben cikkenként az területek megoszlását!

Satírozd sötétre a szeleteket attól függően, hogy mennyi energiát nyersz belőle a mindennapokban. Minél sötétebb annál inkább feltölt.



Mit látsz a megoszláson? Milyen érzés ránézni? Írd le a felismeréseidet!

Csak érzésre rajzold meg a vágyott állapotot is, amelyet szeretnél!



3. Ezután nézzünk kicsit tágabb körben hogyan alakulnak az életterületeid, amelyekben jelen vagy minden nap.

A kérdés:

Mennyire vagy elégedett? Oszdályozd 1-5-ig és 3-as nincsen!

- 1 2 4 5** Személyes (szakmai életeddel, pihenéseddel, utazásaiddal, önfejlesztéseddel, érzelmi életeddel, szórakozásoddal, megjelenéseddel)
- 1 2 4 5** Családi (gyermekeddel, szüleiddel, testvéreddel, partnereddel kapcsolatod)
- 1 2 4 5** Vállalkozói (bevételeddel, profitoddal, vevőiddel, munkatársaiddal, munkavégzési szokásaiddal, időgazdálkodásoddal, vezetői szerepeddel)
- 1 2 4 5** Egészség (szellemi állapotod, spiritualitásod, munka-magánélet harmóniája, fizikai erőnléti állapotoddal, feltöltődési szokásaiddal)
- 1 2 4 5** Pénzügyi (vagyonod, befektetéseid, pü-i tudatosságod, kintlévőségeid, adósságaid, pénzügyeid átláthatóságával)
- 1 2 4 5** Kapcsolatok (közösségi életeddel, baráti kapcsolataiddal, adakozó szokásaiddal)

4. Válasz egy célt bármelyik életterületedről! Fogalmazd meg a következőket:

Cél:

Jövőkép:

Öteletek:

Rendszerezés:

Következő lépés:



Tegyél be egy kellemes zenét, és engedd szabadjára a képzeletedet.

www.systemmind.hu | www.unqvarijudit.hu

Mit szeretnél megtenni?

A vállalkozói életstílus legfontosabb jellemzője a szabadság. Ez azt jelenti, hogy bármivé válhatsz, és bármit megtehetsz. Az ok és okozat törvénye azonban itt is működik, tehát azzá válsz, amit teszel.

Ha szabad lennél, mit tennél a szabadidőddel? Élnél a hobbidnak? A családnak, vagy éppen egy jótékony célnak? Vagy mindháromnak?

Képzeld el, hogy az időd néhányszor 5%-át befektetve néhányszor 95%-os eredményt érsz el, majd a maradék 80%-ot a kedvenc elfoglaltságaidnak szenteled.

Tehát itt az ideje, hogy végre leírd miket szeretnél megtenni és itt is menj végig minden életterületeden, ragadj tollat és válaszold meg a kérdést:

“Mit szeretnél megtenni?”

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Mit szeretnél megvenni?

Egy dán mondás szerint “Az utolsó ingnek nincs zsebe”. Nagyon szemléletes és elgondolkodtató hasonlat ez az életről, melynek egyszer vége szakad, így a felhalmozott vagyontárgyaknak, legyenek azok bármilyen kedvesek is számodra egy bizonyos ponton már nem veszed hasznát.

Ha a motiváció nem mutat túl a tárgyak birtoklásán, akkor mindaz, ami a tulajdonodba került nem hoz majd valódi boldogságot. Ha azonban a célod ennél távolabbra mutat és pl. egy vágyott autó mögött egy magasabb cél rejtőzik, az anyagi javak kulcsfontosságú eszközökké válhatnak az életstílusod szolgálatában. Ekkor a helyük valóban ott van a listádon.

Tehát itt az ideje, hogy végre leírd miket szeretnél megvenni és itt is menj végig minden életerületeden, ragadj tollat és válaszold meg a kérdést:

“Mit szeretnél megvenni?”

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.