

# RĂMÂI MOTIVAT

**Scrie-ți undeva vizibil deviza ta în viață? După ce te ghidezi în viață?**


**Care este DE CE-UL TĂU?**


**Ce câștigi când reușești?**


Ce eviți să pierzi când reușești!


Cum te face să te simți când rămâi motivat?


Pentru câte lucruri din viața ta ești recunoscător/e?


Ce recompense vrei să primești atunci când ai o reușită?


Crează-ți un panou al reușitei tale.


### DE REȚINUT!

- **Scrive într-un loc vizibil motivul pentru care vrei să faci ceva**
- **Analizează periodic stadiul în care se afla proiectul tău ( poate fi chiar proiectul tău de viață)**
- **Revizuieste-ți așteptările**
- **Ascultă materiale motivaționale, fă sport pentru a-ți crește energia pozitivă**
- **Păstrează un mediu pozitiv în jurul tău**
- **Împărtășește rezultatele tale doar cu oamenii pozitivi**
- **Citește biografiile oamenilor de succes**
- **Amintește-ți pasul final! Cum te vei simți când ai reușit?**