

LETNJI IZAZOV

7. lekcija

Kreirajte uspeh



SLAVICA SQUIRE
INSTITUT

Dragi moji, od srca vam čestitam što ste došli do poslednje lekcije Letnjeg izazova!

Verujem da ste do sada uradili sve izazove koje ste imali, sve vežbe praktično isprobali, napisali svoju životnu priču. Zahvalnost vam prelazi u naviku, a vi se sada nalazite u boljem raspoloženju, odmorniji ste, energičniji i ushićeni, jer osećate da ste iz dana u dan sve bliži ostvarenju sna. A ako ste rešeni da bude tako, sada pravo vreme da vas podržim u kreiranju plana realizacije.

Jasan raspored, akcija, merenje uspeha i disciplina je ono što će održati vaš fokus i pogurati vas da napredujete i kada je teško i da na kraju uspete, da istrajete.

Jedna od stvari koje prve pominjem u edukacijama koje držim je da znanje nije moć. Mnogi polaznici se onda štrecnu, jer su učeni da je znanje vrhovna vrednost i da je dovoljno vredno učiti i biti obrazovan čovek, da biste živeli srećno i ispunjeno.

Međutim, znanje bez akcije je samo mrtvo slovo na papiru i zato je sada vreme da korak po korak kreirate svoj akcioni plan, kojim ćete sve što ste dosad radili staviti u pogon.

1. korak - Postavite plan

Sada treba da odredite korake koje treba da preduzmete, kako biste stigli do svog cilja. Imajte u vidu da ćete verovatno morati da promenite i neke navike. Uzalud je i potpuno iscrpljujuće da radite jedno te isto, a da očekujete drugačiji rezultat. Važno je da tačno utvrdite sa čim treba da prestanete, možda sa odugovlačenjem, kasnim odlaskom na počinak i kasnim ustajanjem, prekovremenim radom, celodnevnim sedenjem... Možda treba manje da radite stvari poput igranja igrica, čitanja vesti, gledanja tv-a, a da se više posvetite izučavanju uspeha i materije koja vam daje znanje kako da ostvarite svoj san.

Možda i dalje treba da praktikujete nedelju kao dan za odmaranje, dok ostalih dana vredno radite i rano ujutru ustajete kako biste imali pet minuta svog mira.

U tome vam od velike pomoći može biti radni list koji ćete pronaći pri dnu ovog pdf-a. Odštampajte svoj plan akcije u više primeraka i popunjavajte je na nedeljnem nivou. Pratite svoj napredak i korisnost onoga što radite, zapisujte sve i onda kada na kraju nedelje sumirate utiske, analizirajte šta vas je gde dovelo i napravite plan aktivnosti za narednu nedelju na osnovu ličnog iskustva. Tako nedelju za nedeljom korigujte svoj plan kako biste kreirali onaj koji vam savršeno odgovara i koji donosi najbolje i najbrže rezultate.

2. korak - Razložite plan na minimalni, optimalni i maksimalni učinak

Perfekcionizam može biti velika pretnja vašem napretku. Ne morate da imate savršene uslove svake nedelje, da biste koračali ka svom cilju. Zato je važno da budete fleksibilni i dozvolite sebi da pravite makar i najmanje korake ka onome što ste zamislili.

Razložite svoj akcioni plan na tri jasna dela i to na:

Minimalno;

Optimalno;

Superiorno.

Naravno, ukoliko biste svake nedelje realizovali svoj superiorni plan, vaš ultimativni cilj bio bi vam mnogo bliži. Istina je da niste svi u situaciji da se toliko posvetite odjednom svemu tome, ali istina je i da bar minimalno možete, uvek i svuda.

Izuzetno je važno da na ovaj način razložite svoj nedeljni cilj tako da kada budete prezauzeti ipak uspete da pravite lična iskustva realizacije i negujete osećaj kretanja napred, jer ukoliko preskočite jedan dan, dva, tri, sve će vam teže postajati da se vratite na put kojim ste entuzijastično krenuli, zato razložite svoje korake, svoje nedeljne zadatke i ciljeve.

3. korak - Odredite sat vremena nedeljno za reviziju plana

Svake nedelje izdvojte sat vremena da sebi odgovorite na sledeća pitanja, a odgovore zabeležite u svoju svesku:

- Šta vam je najvažnije da ostvarite, uradite, postignete u toku predstojeće nedelje?
- Koji je cilj ove nedelje?
- Koje aktivnosti treba da preduzmete?
- Ko može da vam pomogne u tome?
- Koliko vam je vremena potrebno da biste to postigli?
- Na koji način sebe možete da organizujete da biste uspešno ostvarili nedeljni cilj?
- Kako ćete sebe nagraditi kada ostvarite cilj za ovu nedelju?

Pišite mi u komentarima koje su vaše male radosti koje bi mogle da vam budu nagrada kada postignete ono što ste zamislili.

Zapamtite, nagrađujte sebe za svoj trud!

Naravno, neka vam cilj bude superioran što češće!

Navike u službi vašeg cilja

Napišite tri nove navike koje su vam neophodne da biste istrajali u procesu realizacije ciljeva i nedeljnih uspeha. To može biti navika ranog ustajanja, odnosno da se uvek budite i ležete u isto vreme, to može biti navika posvećivanja jednog celog sata nedeljno za pripremu savršene nedelje, čitanje korisnog sadržaja 30 minuta svake večeri...

Napišite i iskoristite narednih 21 dan da praktikujete novu naviku kako bi postala deo vašeg života. Radni list „Nove navike“ koji se nalazi pri dnu ovog PDF-a, može da vam posluži tako što ćete ga odštampati, u prvo polje, odnosno u najvećeg raka napisati svoju novu naviku/aktivnost, a onda svakodnevno štriklirati ili precrtaći ili nešto nacrtati na malim rakovima kojih ukupno ima 21. Ukoliko uspete da štriklirate sve 21 dan uzastopno, onda ste pobedili - lako ćete nastaviti dalje.

Šta vam je potrebno za sticanje nove navike i za sticanje uspeha koji do sada još niste imali? Upravo novo ponašanje koje će vam olakšati da praktikujete novu naviku i istrajete sve do konačnog uspeha.

Čestitam vam što ste došli do kraja Letnjeg izazova za koji verujem da je za vas ustvari novi početak. Zato mudro iskoristite sve uvide do kojih ste došli i sve korisne metode koje ste ovim izazovom dobili, primenite ih uvek iznova u svojoj praksi, ispitajte njihovu moć i nastavite dalje, krupnim koracima, svesno, ciljano, samopouzdano, sa mnogo ljubavi i zahvalnosti u srcu nezaustavljivo koračajte ka ostvarenju svojih snova.

Za vaše najviše dobro od 

Slavica

Saznajte više o Coaching Starteru

Ako biste voleli da radite posao koji vas ispunjava, upravljate svojim vremenom kako vama odgovara i što je najvažnije, koristite svoja znanja i veštine da ispunjavate plemenitu misiju – budete oslonac drugima da ostvaruju svoje snove – saznajte zašto su drugi slični vama sve to i još mnogo više pronašli u profesiji coach-a.

Ljudi misle da nije moguće ostvariti svoje snove, veruju da nisu dovoljno dobri, da ne zaslužuju sreću i uspeh i da se to dešava nekome drugom. Možda su i vas vaspitali da pošteno ne može dobro da se zaradi i da je život borba i muka. A možda vam nije svejedno šta će ljudi reći ako baš vi uspete i budete srećni, ispunjeni i uspešni.

Mnoge ljude samo loše navike, nevažne stvari koje rade svaki dan i troše svoje dragoceno vreme i fokus, sprečavaju da postignu sve to.

Možda i vi osećate da ste stvorenici za mnogo više, ali vassvakodnevica sprečava da živite po svome i radite ono u čemu biste uživali.

Ja sam Slavica Squire i potpuno vas razumem jer sam sve ovo doživela i preživila. Pre dvadeset godina sam živela u Nemačkoj i bila zaposlena u uspešnoj kompaniji kao direktor prodaje kada sam upoznala coaching. Spolja je delovalo da sam jako uspešna, ali ja sam osećala da nešto nedostaje i nisam bila niti zadovoljna niti sam se osećala sigurno. Uz coaching sam shvatila da je moguće svoj život preokrenuti i to sam i uradila.

Dvadeset godina sam posvetila učenju od najboljih na svetu kao što su Tony Robbins, dr Steven Gilligan, dr Michael Hall, dr Heidi Heron, Robert Dilts, dr John Demartini i mnogi drugi, a sve te godine sam sticala značajna iskustva radeći coaching sa klijentima iz celog sveta. Ja sam akreditovani edukator za profesionalni coaching i potpredsednik sam Evropske Coaching Asocijacije. Na osnovu toga sam kreirala edukaciju Coaching Starter za vas da vam uštedim godine života, truda i lutanja.

Izveštaj McKinsey & Company, jedne od najpoznatijih konsultantskih kuća na svetu, ukazuje da će do 2030. godine 30 do 50 posto poslova biti zamenjeno veštačkom inteligencijom, automatizacijom i robotima. Svet se rapidno menja i profesije nestaju. Nove tehnologije će promeniti svaki aspekt naših života i zato je ovo odlična prilika koju treba iskoristiti.

Sada je nabolje vreme da se postane coach. Coaching industrija stara je tek oko 30 godina. U poslednjoj deceniji beleži veliku popularnost i prema procenama Forbes magazina, vrednost te industrije iznosi oko dve milijarde dolara sa tendencijom značajnog rasta, jer danas zahvaljujući savremenim tehnologijama možete da imate klijente iz celog sveta putem besplatnih programa kao što su Viber, Skype ili Zoom.

Coaching je ozbiljna profesija koja se konstantno razvija i učenje nikada ne prestaje kao i u svakoj drugoj profesiji. Coach ne možete postati tako što ćete se probuditi ujutru i nazvati se coach-em kao što neki ljudi rade. Coaching se ne uči u školi i fakultetu mada se javljaju neki pokušaji, ali je to i dalje daleko od onoga što se uči na našoj akreditovanoj Coaching Akademiji još od 2008. godine.

Sada imate priliku da upoznate svet profesionalnog coachinga i da naš COACHING STARTER pohađate iz udobnosti svog doma!

Coaching Starter je prva stepenica ka Professional Coaching edukaciji i kasnije profesiji i licenci i osmišljen je tako da naučite šta je stvarno coaching, kao i šta nije, steknete uvide u osnove coaching profesije, tako da možete da odlučite da li je coaching za vas, ali i steknete odmah primenjive veštine koje ćete moći da iskoristite u vašem okruženju i svakodnevnom životu.

Biti coach je odličan način da ispunite svoju svrhu dok pravite razliku u svetu pomažući drugim ljudima da ostvare svoje snove i kreiraju progres u svom životu, a pri tom budete odlično plaćeni dok radite ono što volite i što vas ispunjava radošću.

O coaching-u se mnogo priča, a malo zna i zato je Coaching Starter vaša prilika da se upoznate sa ovom izvanrednom metodologijom iz prve ruke, a da ne morate da napuštate udobnost svog doma. Interaktivan, praktičan pristup učenju, uz podršku najboljih i najiskusnijih trenera i coacheva u regionu, pruža vam šansu da na ovom programu napravite prvi korak u svetu coaching-a i da otključate svoju strast da podržite druge. Prijavite se [OVDE](#) i pridružite nam se!

Od srca vam se radujemo!

Plan akcije – šta ne raditi a šta raditi?

Koje to akcije preduzimate da biste ostvarili svoj ultimativni cilj? Šta je to sa čim treba da prestanete, šta treba da radite manje, šta je to što treba i dalje da radite, čega više da praktikujete i kako i kada počinjete?

Prestajem	Radim manje	Nastavljam i dalje sa	Radim mnogo više	Počinjem
1				
2				
3				
4				
5				

