

სუპერეფექტურობა-2

როგორ განვამტკიცოთ პოზიტიური ცვლილებები

6 სექტემბერი, 6:00 სთ (თბდ)

სპიკერი: ხვიჩა მებონია

© 2016 www.mebonia.com



საფუძველი

- 1.** ენეგია და ჯანმრთელობა
- 2.** მიზანი და მასზე ფოკუსირება
- 3.** სტრატეგია და ინსტრუმენტები

ბარიერები

- 1.** სიზარმაცე
- 2.** შიში
- 3.** ჩვევები და სტერეოტიპები

3 საბაზო ალგორითმი

1. კომფორტის ზონიდან გამოსვლის ალგორითმი - სტარტი!
2. მიზნის მიღწევის ალგორითმი - დაგეგმვა!
3. პოზიტიური ცვლილებების შენარჩუნების ალგორითმი - განმტკიცება!

როგორ შევინარჩუნოთ პოზიტიური ცვლილებები

1. **100%**-იანი პასუხისმგებლობა
2. დეკლარირება და კონტროლი
3. პროგრესი და გრავიტაციის კანონი
4. ბედის ტალღა
5. პოზიტიური გარემოცვა

1. 100%-იანი პასუხისმგებლობა

- 1. ავტომატური რეაქცია**
- 2. ასეთია რეალობა**

2. დეკლარირება და კონტროლი

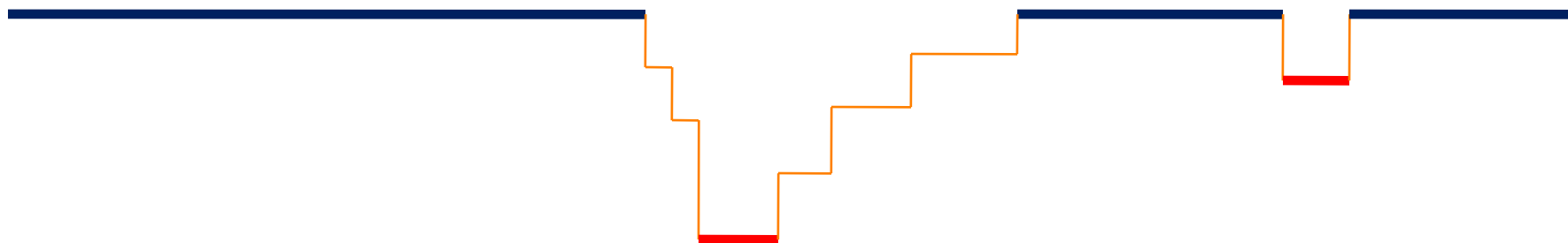
1. დეკლარირება
2. ვალდებულება
3. კონტროლი

3. პროგრესი და

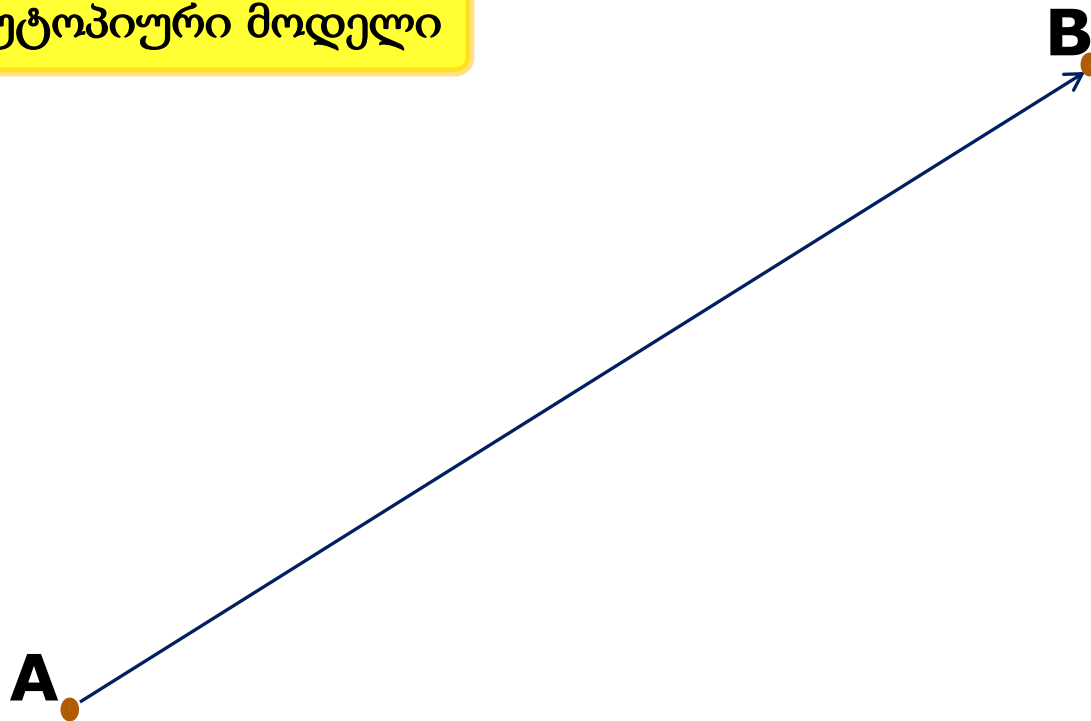
გრავიტაციის კანონი

— კომფორტის ზონა

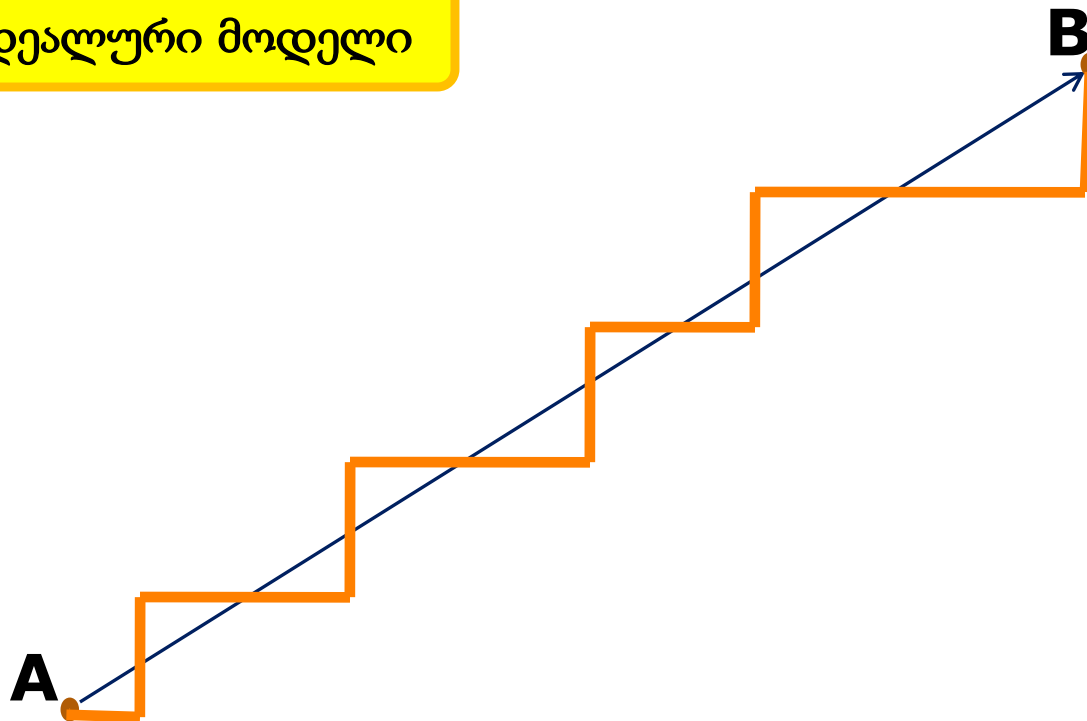
— კრიზისი



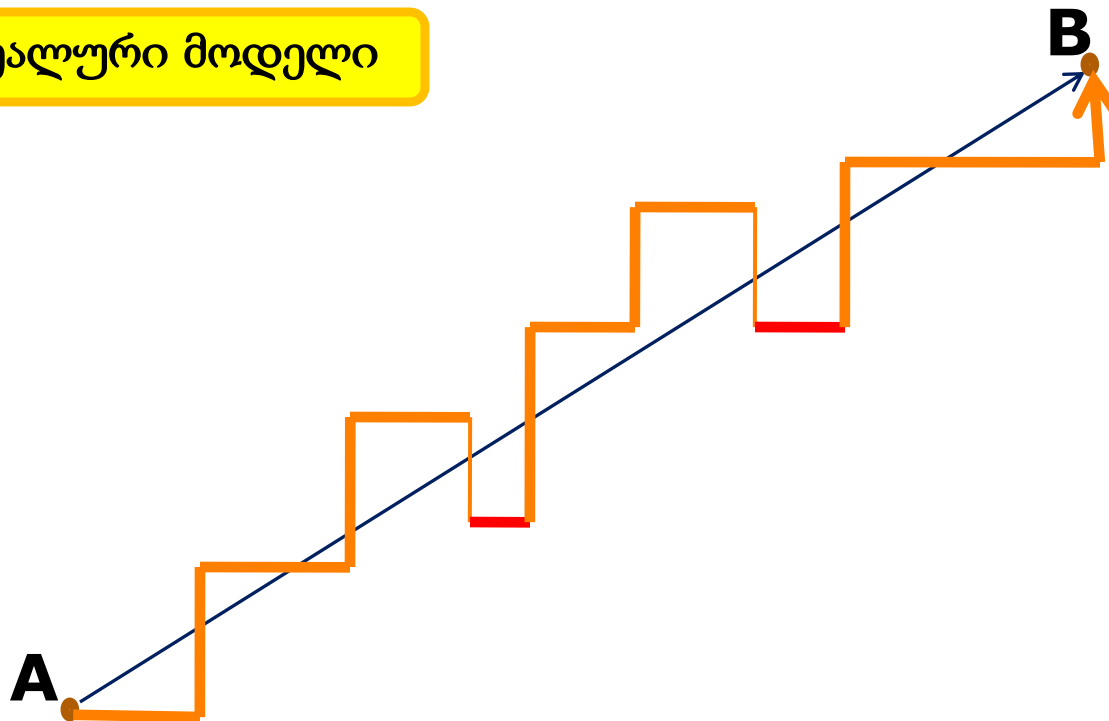
უტოპიური მოდელი



იდეალური მოდელი



რეალური მოდელი



4. ბედის ტაღლა





© 2016 www.mebonia.com

5. პოზიტიური გარემოცვა

1. აიყოლიე ოჯახის წევრი, მეგობარი, კოლეგა
2. ურთიერთობა ისეთ ადამიანებთან, რომლებმაც უკვე მიაღწიეს იმას, რაც შენ გსურს

როგორ შევინარჩუნოთ პოზიტიური ცვლილებები

1. **100%**-იანი პასუხისმგებლობა
2. დეკლარირება და კონტროლი
3. პროგრესი და გრავიტაციის კანონი
4. ბედის ტალღა
5. პოზიტიური გარემოცვა

ანალოზი ჰგ სისტემით

1. რა გავიგე?
2. რას გავაკეთებ?
3. ვის გავუზიარებ?