

VÁGYBÓL CÉL

WOOP MODELL

Útmutató a kitöltéshez

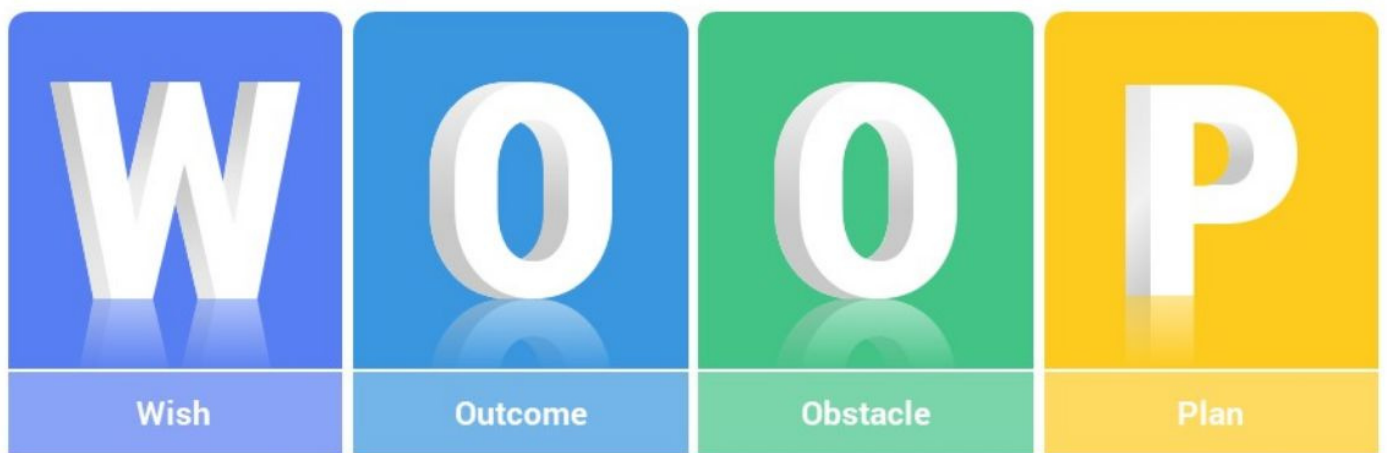
(Fontos! Nem biztos, hogy minden pontot ki tudsz tölteni és ezzel nincs semmi baj. Hozd el magaddal az első találkozásra és beszéljük át, hogy jelenleg hol tartasz.)

- **Vágy:** Mire vágysz? Mi a célod?
- Rendelj hozzá időtávot is.

- **Eredmény:** Mi fog történni, ha eléred amire vágysz? Hogy éreznéd magad?
- Vizualizáld éld át.

- **Akadályok:** Mik akadályoznak? Milyen gátak tartanak vissza?
- Írd össze a külső (rajtad kívülálló) okokat és a belső (rajtad múló) gátakat, okokat is.

- **Tervezés:** Hogy tudod leküzdeni az akadályokat?
- Részletes terv készítése. (Ha-akkor stratégia és adott akadály mellé készíteni kell megoldási stratégiát)



Elérhetőség

☎ +36 30 584 4015

✉ nytia.megyesi@gmail.com

🌐 enidoujratervezo.hu

🌐 Énidő újratervező