

1. Kāds ir Tavs mērķis? Ko Tu vēlies sasniegt?

2. Ko tu iegūsi, kad sasniegsi savu mērķi?

3. Kā tu to izdarīsi jeb kas Tev būs nepieciešams tā sasniegšanai?

4. Cik ļoti Tu to vēlies?

5. Cik daudz laika Tev nepieciešams šī mērķa sasniegšanai?

6. Kad Tu esi gatavs uzsākt sava mērķa izpildi? Norādi konkrētu datumu.

7. Vai Tu plāno savu laiku un veicamos darbus?

Jā Nē

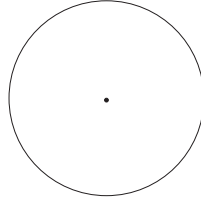
8. Kas ir Tavi šīs dienas svarīgākie uzdevumi vai darāmie darbi? Uzraksti tos.

9. Vai šie uzdevumi atvieglos noteikt darba secību kā tos veiksi?

Jā Nē

10. Cik daudz laika ikdienā Tu velti katrai no šīm pozīcijām? Norādi skaitļus, kas izteikti procentos. Kopā veidojot 100% Pēc tam procentuāli atzīmē to aplī.

- a) ģimenei %
- b) darbam %
- c) sevis pilnveidošanai %
- d) citām aktivitātēm %



Tagad redzi kam laiks tiek veltīts daudz un kam maz.
Vai esi apmierināts ar šādu izvietojumu?

11. Tev ir iespēja mainīt savu ikdienu? Ko Tu vēlētos mainīt?

.....

.....

.....

.....

12. Kas Tevi motivē un iedvemo?

.....

.....

.....

.....

13. Iedomājies sevi pēc trim gadiem. Ko Tu darīsi? Kā Tu iztēlojies savu dzīvi?

.....

.....

.....

.....

14. Cik svarīga Tev ir izaugsmes iespēja?

.....

15. Vai Tev ir bail uzsākt ko jaunu?

Jā Nē

16. Ja atbildēji ar JĀ! Kāpēc Tu baidies?

.....

.....

17. Ko Tu darītu, lai mazinātu šīs bailes vai nedrošību?

.....

.....

18. Uzraksti savas stiprās un vājās puses

.....

.....

.....

.....

19. Kurš no apgalvojumiem visbiežāk raksturo Tevi

- Pārāk daudz domāju un plānoju, bet līdz darīšanai netieku. Beigās visam atmetu ar roku.
- Daru uzreiz neko daudz nedomājot. Līdz ar to bieži/reizēm sanāk kļūdīties.
- Kārtīgi visu apsveru un tikai tad daru. Man viss izdodas.

20. Cik gadu Tu sev dotu, ja nezinātu savu vecumu?

.....

.....

21. Ko Tu esi vēlējies izdarīt un tā arī neesi izdarījis? Kas Tevi attur?

.....

.....

.....

22. Vai Tu esi laimīgs?

- Jā
- Nē

23. Kā Tu šobrīd jūties?

- 😊
- 🌟🌟
- 💕💕
- 😞
- 😞

24. Ko Tu vari izsecināt pēc savām atbildēm?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Paldies! Ceru, ka šie jautājumi Tevi uzvedināja uz pareizām domām. Tev ir pa spēkam piepildīt savus sapņus.