

Fórmula Para La Motivación

Como hacer que las frustraciones y los desafíos desemboquen en estados de motivación positiva

DESAFIOS:

Negativa
Elección
Positiva

(La Motivación empieza con el desafío)

Como conseguir motivación

Dejar de lado la actitud "Yo soy el sabio"

- Resalte el valor que tienen y lo que valen por lo que son y no por los logros conseguidos o los fallos cometidos.
- Deje que sean ellos mismos sus propios expertos.
- Resalte lo positivo

Optar por hablar positivamente de uno mismo

- Utilice su voz interior para dirigir su motivación (energía) en una dirección positiva. Por ej. "Lo Intentaré"
- Enfoque el habla positiva de uno mismo en aquello por lo que tiene control.

"La Zona de Inundación"

Menos Oportunidad y libertad

- Hacerse daño a uno mismo o a otros
- No tener respeto propio
- Muere la energía
- Fácil: "camino de menor resistencia"

"Bondad de Corazón"

- Pasas por cambios y no dejas que se pierda el respeto por la gente que se preocupa por ti.
- No dejas que se pierda el respeto que te tienes a ti mismo.

Una Pasión Interes o Propósito
(ábrete a los demás)

Conéctate a "El Sistema de Apoyo"

Si se canalizan
Los desafíos y frustraciones
se pueden convertir en



Cura de Motivación Positiva

¿Por qué Intentario?
Oportunidad, Libertad, Respeto Propio