



PODZIMNÍ PLÁŽOVÉ SOUSTŘEDĚNÍ

PRACOVNÍ LISTY 2

Pracovními listy vás v průběhu online tréninku provedu. Mají totiž přímou souvislost s konkrétními věcmi, které budu říkat. Doporučuji nejdříve si poslechnout video / audio trénink 2 a pak teprve vyplnit otázky níže. 😊

KONÍČEK A VÁŠEŇ VS. TÉMA

KROK 1: Sepište si vaše koníčky či vášně, které tady a teď máte.

MŮŽOU VÁM POMOCT TYTO OTÁZKY:

O čem nejraději mluvíte, když se dostanete ve společnosti ke slovu?



Kdy cítíte ten pocit, kdy děláte něco s takovým zápalem, že přestanete vnímat čas i okolí, cítíte vzrušení, radost, zápal, jste plní energie?

O čem si kupujete časopisy, čtete knihy, jaká témata sledujete na sociálních sítích?

Co chcete změnit ve společnosti, co vás štve natolik, že o tom vášnivě diskutujete?





KROK 2: Pokud nemáte koníčky a vášně, tak zabrouzdejte do dětství a zamyslete se, jaké jste byli dítě, co jste četli, dělali, jak jste trávili volný čas. Nemusíte hledat konkrétní činnosti, ale spíše způsob, jak jste to dělali. **Napište si, co vás napadá:**

Můžete se také zeptat svých blízkých, napište si, co vám řeknou:

A zamyslete se, jak se to projevuje ve vašem dospělém životě, protože to bude něco, co je pro vás typické a jedinečné.

KROK 3: Test priorit

Napište si níže všechny koníčky, které vás napadnou. Následně si je projděte a zeptejte se, kdybych si mohla vybrat jen dva z těchto koníčků a ty bych mohla dělat do konce života a zbytek ne, co by to bylo?

KROK 4: Zeptejte se sami sebe na tyto otázky v souvislosti s těmi zakroužkovanými tématy:

Jak tím, co dělám a umím, můžu pomoci dalším lidem?

Co to je za lidi? Jaké lidi by to mohlo zajímat?



Co by tyto lidi mohlo zajímat z toho, co v souvislosti s tímto koníčkem či vášní dělám?

Když o tomto tématu mluvím, co lidi nejčastěji zajímá? O čem v souvislosti s mým koníčkem či vášní mluvím?

Co by mi pomohlo na začátku, když jsem to začala dělat?

Co dělám jinak, než ostatní? V čem je můj přístup výjimečný nebo odlišný?



Pokud se někdo chce věnovat také tomuto koníčku – co potřebuje nutně vědět?

Jakých 10 otázek si lidé nejčastěji kladou o tomto koníčku nebo tématu?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

**ČÍM VÍCE LIDEM POMŮŽETE
TÍM VÍCE VYDĚLÁTE.**





Svůj koníček a vášně propojte s vizí nebo hodnotami, které osobně máte a které chcete skrze internet předávat. **Napište si, jaké hodnoty a vize to jsou** (pokud máte z předchozí lekce 1, zůstává to stejné, nemusíte opakovat, možná vás ale napadne, jak by to šlo propojit:

Komu tím pomůžete a s čím:

PROSTOR NA VAŠE POZNÁMKY A NÁPADY: