

PRACOVNÝ LIST 3

Úloha 1:

Metóda GROW je skratka pre štyri jednoduché kroky, ako preverit' svoje odhodlanie. Skúste si zodpovedať nasledujúce otázky.

Goal / Ciel'

Čo presne chcem dosiahnuť? Aké sú moje očakávania?

.....

.....

Reality / Aktuálny stav

Aká je súčasná situácia? Aké kroky som už podnikol/-la? Čo fungovalo a čo naopak nefungovalo?

.....

.....

Options / Možnosti

Čo mi bráni v dosiahnutí cieľa? Existujú varianty, ako cieľ dosiahnuť? Čo ďalšie môžem podniknúť?

.....

.....

Will / Vôl'a robit' veci

Čo konkrétne urobím? Kedy konkrétne to urobím?

.....

.....