

# Додатковий матеріал до теми 5.1.

## РІВНІ КОМФОРТУ ПРИ ЗДОБУТТІ НАВИЧОК

(адаптовано з Carol Searce – 100 Ways to Build Teams)



- Як я можу використати це найбільш оригінальним способом?
- Як я можу допомогти іншим робити те, що я люблю?
- Що далі?

- Мені вдалося! Мені вдалося! Це не було так важко.
- Я вже забув про неприємні почуття. Я вже не пам'ятаю, як мені було страшно
- Я би міг це робити вічно.

- Подивись, як я вже багато вивчив...
- Я можу бачити велику картину та деталі.
- Це початок того, що далі буде легше.

- Я вже ризикував перед цим – що може трапитися гірше?
- Зроби ще деякі невеликі кроки – ще залишилося зовсім мало.
- Я знаю, що процес навчання забирає певний час.. Я можу полегшити його.

- Я не можу це зробити! Я відчуваю, що у мене немає жодних оригінальних ідей.
- А що, як я не зможу?
- Я не можу рівнятися до інших. Можливо, я зміню шкільну систему!

- Це складніше, ніж я думав на початку.
- Це, здається, не буде легко. Але це саме те, чого я хотів!
- Чому це не спрацює, коли я роблю?

- Я знаю, що я можу це зробити! У мене є 1000 і 1 ідея!
- Я не можу дочекатися, щоб почати робити це... давайте перейдемо до практики!

Більше того, тепер я можу показати, як це робиться!

## План дії для особистого розвитку



