

Vinnerkultur og individuelle prestasjoner

Tro på mulighetene!

- ✦ Utøveren er summen av alle detaljene
- ✦ Å perfektionere detaljene skiller deg fra konkurrentene
- ✦ Tør å ta tak i det du ikke behersker
- ✦ Hva? Når? Hvordan? Hvorfor?

- ✦ Søke og tiltrekkes av utfordringer
- ✦ Ta kontroll over situasjonen og stole på egne ferdigheter
- ✦ Utfordre grensene

- ✦ Se mulighetene – ikke problemer
- ✦ Vær opptatt av arbeidsoppgavene – ikke omgivelsene
- ✦ Hva er min utfordring? Hva er planen min? Følger jeg planen min? Hvordan gikk det?

- ✦ Gleden ved å lykkes skaper motivasjon
- ✦ Måloppnåelse skaper selvtillit

Still krav til målene dine:

- 1: Realistiske
- 2: Målbare/kvantifiserbare
- 3: Tidavgrenset

- ✦ Planlegging
- ✦ Prioritering, ta gode valg
- ✦ Lojalitet