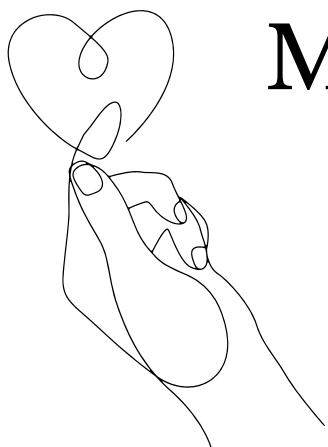




Milline motivatsiooni- element sulle kõige paremini sobib?

Autonoomia

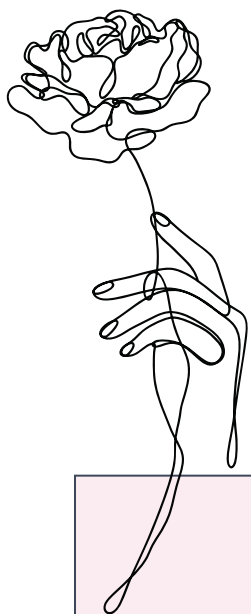
@lissubellstuudio

Millistes valdkondades
tunned end kõige
vabamalt ja
rahulolevamalt?

Kirjuta üles tegevused,
kus tunned end kõige
rohkem kontrolli all.

Kas tunned end
rahulolevamana ja
rohkem kontrolli all, kui
teed oma valikuid ise?

Kas sinu töö
efektiivsus paraneb,
kui saad ise otsustada
oma töö järjekorda?



Milline motivatsiooni- element sulle kõige paremini sobib?

Meisterlikkus

@lissubellstudio

Kirjuta üles valdkonnad,
kus soovid areneda.

Kas tunned, et arened
pidevalt ja saavutad
oma väikeseid
eesmärke?

Kas tunned sisemist
rahulolu, kui saad
paremaks valdkonnas,
mis on sinu jaoks
oluline?

Kas mingil alal
paremaks saamine
motiveerib sind
rohkem seda tööd
tegema?



Milline motivatsiooni- element sulle kõige paremini sobib?

Eesmärk

@lissubellstudio

Kirjuta üles oma
väärtused ja unistused.

Kas tunned end rohkem
motiveerituna ja
pühendununa, kui oled
oma eesmärgid selgelt
määratlenud?

Mõtle tagantjärele, kas
eesmärkide järgi
tegutsemine motiveeris
sind rohkem
tegutsema?

