

## PRAKTIČNA AKTIVNOST: POSTAVLJANJE PAMETNIH CILJEV

**Avtor:** Marian de Villanueva & Gonzalo Santamaria ([ITE NETWORK](#))

**Okvir kompetenc EntreComp:**

**VIRI: Motivacija in vztrajnost**

Srednja/povprečna/ stopnja: Učenci so pripravljene vložiti trud in sredstva v sledenje svoji strasti in ustvarjanje vrednosti za druge.

### **Namen**

Glavni cilj te dejavnosti je:

- Opredeliti glavni koncept "motivacije in vztrajnosti".
- Opredeliti motivacijo in vztrajnost - miselnost rasti.
- Razlikovati med notranjimi in zunanji motivi.
- Primeri vztrajnosti: Izzivanje samega sebe.
- Postavljanje ciljev SMART.

### **Učni rezultati**

Ta praktična dejavnost govori o motivaciji in vztrajnosti. Življenje ni vedno lahko. Včasih se lahko soočite s precejšnjimi težavami, vendar kljub temu ne smete obupati. Ta kompetenca vas spodbuja, da sledite svojim sanjam.

Da bi lahko vztrajali, morate imeti spodbudo, gonilno silo, ki vas potiska naprej.

Motiviranost vam bo pomagala vztrajati v težavah in vztrajati pri doseganju svojih ciljev, čeprav se morda ne počutite vedno kos nalogi.

### **Opis dejavnosti in vaj**

Kot podjetnik se morate znati motivirati in vztrajati, da dosežete svoje cilje. Razumevanje različnih metodologij in vrst motivatorjev, ki se uporabljajo za doseganje motivacije in vztrajnosti, vam lahko pomaga pri uspehu. Kako se lahko torej kot podjetnik motivirate in vztrajate pri svojem cilju?



## Prvi korak

Odgovorite na naslednja vprašanja o sebi:

1. Povejte mi, kdaj vam je spodletelo - česa ste se naučili?
2. Kaj vas motivira?
3. Ste kdaj obupali? (Lahko odgovorite pritrdilno - samo pojasnite, zakaj!)
4. Kaj je najtežja stvar, ki ste jo kdaj naredili?
5. Kaj vam je doslej dalo največji občutek osebnega dosežka?
6. Kakšne so vaše življenjske ambicije?
7. Kdo vas navdihuje in zakaj?

## Drugi korak

Poglejte si naslednji video posnetek:

The Four Styles of Self Motivation with Gretchen Rubin

<https://www.youtube.com/watch?v=A-79Oo6YHuk&t=26s>

## Tretji korak

Zapišite svoja ključna razmišljanja o motivaciji in vztrajnosti.

## Metodologija

Namen te vaje je razmisliti o:

- Kaj so vaši cilji in strasti v življenju?
- Ali bi rekli, da imate rastno ali fiksno miselnost?
- Kako se spopadate z neuspehi?
- Kakšne so vaše strategije za ohranjanje motivacije?
- Koliko truda ste pripravljeni vložiti, da bi nekaj dosegli?

## Podporni viri



Co-funded by  
the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

[Entrecom4ALL project](#)

[Entrepreneurship4ALL project](#)

**Trajanje:** 2 uri

**Stopnja usposobljenosti:** EQF 3 - srednja/povprečna/ raven: Učenci znajo razmisliti in presoditi svoje dosežke in neuspehe ter se iz njih učiti.



**Co-funded by  
the European Union**

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.