



Ja sam srećan i uspešan čovek!

## **SAMOMOTIVACIJA**

Projekat: Industrijska simbioza onovativna strategija za održivost poslovanja socijalnih preduzetnica 2023.

# SAMOMOTIVACIJA

- Želja za ostvarenjem nekog cilja čak i kada stvari idu teško
- Upornost u ostvarenju nekog cilja čak i kada treba mnogo napora da bi se cilj ostvario
- Zadovoljstvo ostvarenim i očekivano zadovoljstvom onim što tek treba da ostvarimo
- Sposobnost da budemo uporni, fokusirani i zadovoljni

**BEZ UTICAJA DRUGIH LJUDI !**



www.mudremisli.com

**BITI BOLJI...**

Ne pokušavam da plešem bolje od ostalih.  
Samo pokušavam da plešem bolje od sebe.  
Mihail Barišnikov

# WALT DISNEY



- Kao mladić, Walt Disney biva otpušten iz Kansas City Star novina jer njegov šef misli da Dizni nedostaje kreativnosti.
- Naravno, to ga ne obeshrabruje, i 1921. godine osniva malu kompaniju koja se bavila animacijom i, koristeći svoj prirodni talenat za prodaju, donosi kompaniji 15.000\$ (oko 200.000\$ u današnje vreme).
- Međutim, Disney je sklopio ugovor sa nekim distributerom iz Nju Jorka, a kada je distributor ostao bez posla, Disney je morao da zatvori svoju kompaniju.
- Jedva je mogao da plati kiriju, pa je čak pribegavao i hrani za pse kako bi preživeo.
- Bankrotiran, ali neporaženog uma, potrošio je poslednjih par dolara na put u Holivud. Nažalost, njegovi problemi su tek počeli.
- 1926. godine stvorio je crtanog lika po imenu Zec Osvald. Kada je pokušao da sa Universal Studios – distributerom crtača – razgovara o boljoj ponudi, shvatio je da je Universal tajno patentirao Disneyjevog lika.
- Universal tada zapošljava Disneyjeve umetnike, i nastavlja distribuciju crtača (bez ikakve zarade i uloge Disneyja).
- Kao da sve ovo nije bilo dovoljno, Disney je imao ogromne probleme pri publikovanju svojih, sada klasičnih crtanih filmova. Rečeno mu je da Miki Maus ne bi uspeo, zato što bi miš „prestrašio žene“. Distributeri su takođe odbili Tri Praseta, rekavši da mu je potrebno više karaktera. Pinokio je bio ugašen tokom proizvodnje, i Disney je morao da napiše scenario iz početka. Mnogi drugi filmovi, poput Bambija i Fantazije, bili su potpuno neshvaćeni u to vreme, da bi kasnije postali favoriti publike.
- Disneyjev najveći primer upornosti nastao je kada je odlučio da knjigu Meri Popins pretvori u film. Godine 1944, odlučio je, na predlog ćerke, da roman Pamele Travers pretvori u scenario. Međutim, Pamela Travers nije htela ni da čuje o prodaji njene priče Holivudu. Kako bi je pridobio, Disney je posećivao njenu kuću u Engleskoj 16 godina zaredom! Rezultat je vanvremenski klasik.
- Igru sudbine, Disneyjeva kompanija je kupila kompaniju ABC 1996. godine. U to vreme, ABC je bio vlasnik Kansas City Star novina, što znači da su novine iz kojih je davno otpušten postale deo carstva koje je stvorio. A sve zahvaljujući njegovoj kreativnosti i upornosti.

# SUŠTINA SAMOMOTIVACIJE

## VERA U SEBE

- Vera u svoje kvalitete, kompetence, radno i životno iskustvo, vera da možete, znate i umete, da ste dobri u onome što radite i da znate načine kako to drugi da prepoznaju

## JASAN FOKUS

- Fokus na ono što stvarno želite i što vam je istinski važno, fokus na rezultate, na ciljeve i načine kako da ih ostvarite
- Kada znate šta želite bićete motivisani i da ostvarite svoje želje.

## JASAN PRAVAC

- Definisanje pravca u kome će se kretati vaš život, bez obzira šta drugi misle o tome, jasan put kojim ćete ići koliko god to bilo teško i naporno, vaš život u vašim rukama!

# REZULTAT

Osećaj

Uspeh je		
Uspeh je		
Uspeh je		
Uspeh je		
Uspeh je		

# ZONA KOMFORA

- **Udobno** mesto odakle posmatramo kako se drugima život dešava, kako su bolji i uspešniji
- **Sigurno** mesto gde ne možemo biti povređeni (pomereni), ali gde nam se ništa drugo ili dobro i neće dogoditi





# 1. IZADJITE IZ SVOJE ZONE KOMFORA.

- Prepoznajte svoje zone komfora i odlučite da ih napustite.
- Vaša najveća barijera u dostizanju potpunog zadovoljstva leži upravo u vašoj zoni komfora.
- Odlične stvari se dešavaju kada prestanete da se ponašate „udobno” i „sigurno”.



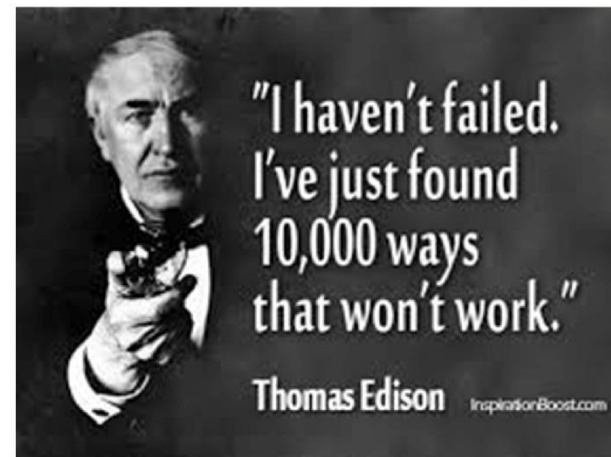
# ZONA KOMFORA

ZONE KOMFORA	ŠTA NUDE?	U ČEMU OGRANIČAVAJU?



## 2. GREŠKE SE DEŠAVAJU.

- Nemojte se plašiti da pravite greške.
- Greške čine da naučimo gde grešimo, a ne da izgubimo na samomotivaciji.



# GREŠKE

GREŠKA	POUKA

### 3. PRESTANITE DA OGRANIČAVATE SEBE.

- Nemojte da mislite „na malo”.
- Nikada ne zaboravite pravilo „ko traži mrvice, dobije mrvice”.
- Thinking big!



# ŽELJA

ŽELJA	REZULTAT

# SREĆA

SREĆA	ZAŠTO

## 6. ZAVRŠITE ŠTA STE POČELI

- Vežbajte sebe da uvek završite ono šta ste počeli.
- Jedan značajan deo lične demotivacije ostvaruje se kroz neostvarene aktivnosti.
- Najpre završite jednu aktivnost, a potom počnite novu.





## 7. ŽIVITE U SADAŠNJOSTI.

- Živite u ovom trenutku!
- Kada živite u prošlosti ili budućnosti niste sposobni da činite da se stvari dešavaju u sadašnjosti

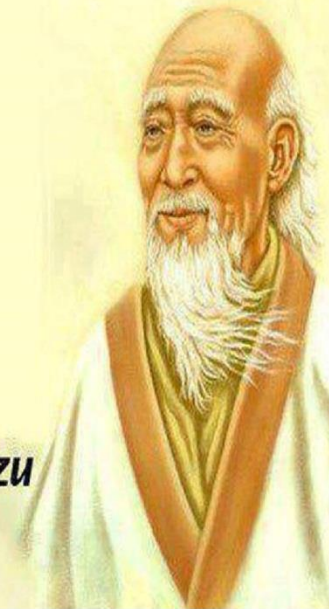


## 8. NE ODUSTAJTE!

- Nemojte odustajati kada osetite da stvari idu teže nego što ste mislili.
- Uspeh je veoma blizu.

*Pazi na svoje misli;  
one postaju reči.  
Pazi na svoje reči;  
one postaju dela.  
Pazi na svoja dela;  
ona postaju navike.  
Pazi na svoje navike;  
one postaju karakter.  
Pazi na svoj karakter;  
on postaje tvoja sudbina.*

**Lao Tzu**



## 9. SANJAJTE VELIKE SNOVE.

- Sanjajte velike snove.
- Idite ka svojim snovima i pravite planove kako ćete ih dostići.
- Dostignite svoje planove, jer samo tako ste dostigli svoje snove.



# 10. ŽIVITE ŽIVOT.

- Živite svoj život svaki dan.
- Ne propuštajte prilike da uživate, da volite i budete voljeni.
- Budite zadovoljni onim što jeste i onim što možete postati!

У смерен

С налажљив

П рофесионалан

Е фективан

Х рабар

# VIZUELIZACIJA MOTIVA

Motiviše me ....	Tada se osećam ....	Slika rezultata moje motivacije

Podeli i prenesi inspiraciju

# **MOTIVACIJA DRUGIH**



# POVERENJE

- Da biste mogli da motivišete druge, najpre je važno da vam veruju.
- Morate biti spremni da istrajete u procesu koji sledi.
- Motivacija drugih jednako je zahtevna kao i samomotivacija.



# BUDITE VAŽNI.

- Vi ste važan deo motivacije drugih ljudi i morate se tako i osećati.
- Biti bitan i važan, ne znači biti uobražen, nadmen, hladan i nepristupačan.
- Osoba koja je važna poseduje moć i uticaj da pomogne svojoj okolini da bude bolja i uspešnija.
- Budite kompetentni i odvažni.



# POVERENJE

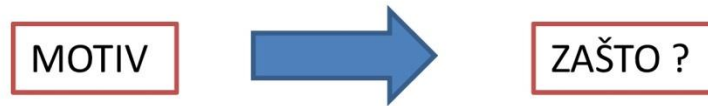
ZAŠTO VAM VERUJU?	NA KOJI NAČIN VRŠITE UTICAJ?

# UKAŽITE NA GREŠKE.

- Skrenite pažnju na greške u razmišljanju ili proceni osobe koju motivišete, ali ne tako što ćete kritikovati, već tako što ćete otvoriti diskusiju
- Postavljajte zlatno pitanje: ZAŠTO? I tražite što više odgovora.
- Pitajte i nudite razgovor, ne rešenja, jer nas motivišu različiti faktori.



# MOTIVACIONI FAKTORI



# DEFINIŠITE ŽELJE

- Zajednički definišite želje.
- Ponudite osobi ono što joj treba, a ne ono što vi mislite da njoj treba.





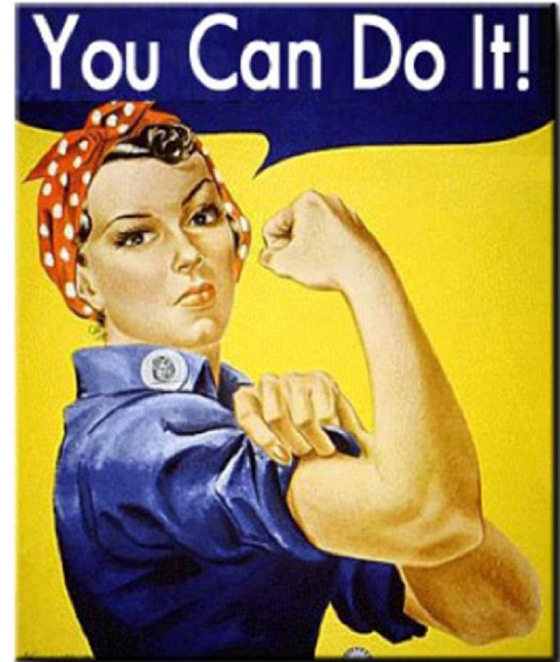
# DEFINIŠITE VREMENSKE OKVIRE.

- Definišite vreme u okviru koga treba da postigne zacrtane ciljeve.
- Pomozite da definiše koji su to manji koraci zahvaljujući kojima će prepoznati da je na pravom putu.



# TRAŽITE POTVRDU.

- Tražite da vam obeća da će to i učiniti i da naglas potvrdi da će raditi na tome da bude uspješniji/a i bolji/a.
- Kažite da je i vama to jednako važno kao i njemu/njoj.



# DOGOVORITE NAGRADU.

- Dogovorite se kako će, kada dostigne cilj, sama sebe nagraditi.
- Dogovorite se kako ćete je vi nagraditi.



Hvala vam što ste me nagradili sa vašom pažnjom



# HVALA NA PAŽNJI

---

Za sve informacije :

[bioidea.soap@gmail.com](mailto:bioidea.soap@gmail.com)

+381 (0) 63 7847 610

[www.sapuni.rs](http://www.sapuni.rs)

[www.industrijskasimbioza.rs](http://www.industrijskasimbioza.rs)

[www.odrzivirazvoj.org.rs](http://www.odrzivirazvoj.org.rs)