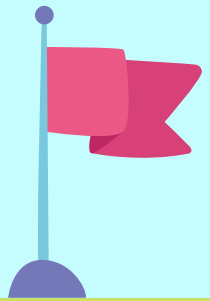
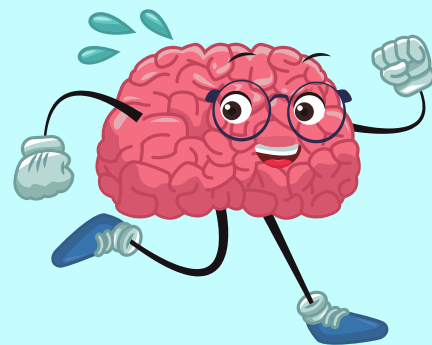




PASSOS PER SEGUIR MOTIVAT!



RECOMPENSA'T

Tot l'esforç ha valgut la pena, **premia't** amb alguna cosa (una activitat que t'agradi, un capritx material...) I dona't un missatge positiu: **ho has aconseguit!**

VISUALITZACIÓ

Visualitza't assolint la meta, això t'ajudarà a no tirar la tovallola si en algun moment sents que no pots més.

ORGANITZACIÓ

Planifica petits objectius que et permetin assolir la meta final. Analitza possibles problemes i solucions que poden sorgir.

COMPETÈNCIA PERSONAL

No vulguis superar a la resta.
Centra't en tu i en els teus objectius per poder millorar i arribar a la meta.

COMPROMÍS

Marca't petits objectius i fixa't una data per assolir-los.

POSITIVISME

Abandona la queixa i focalitza la teva atenció en la part positiva.

Des del Konsulta'm us volem desitjar molta sort en la recta final cap als exàmens!

konsultam@chmcorts.com
672.64.25.73-662.02.35.84

KONSULTA*M