

Hodnota spojení

Jak začít ještě dnes

Vyberte si nový zvyk, na kterém byste chtěli ve svém každodenním životě pracovat

- Jděte na procházku nebo na oběd s kolegou, se kterým obvykle netrávíte čas
- Vyjádřete kolegovi uznání tím, že mu řeknete, co na něm upřímně oceňujete
- Vyhradte si čas jako tým, abyste se zamysleli nad silnými stránkami a přínosem každého z vás



Naskenujte kód a dozvíte se více o hnutí The Movement a experimentu Togetherness.



Let's work
it out
together

Můj závazek

Výzkumy ukazují, že když si zapíšete konkrétní změnu návyku spolu s tím, kdy, jak často a kde ji budete provádět, je snazší ji dodržet.

Zavazuji se k:

(příklad: Půjdu na oběd s kolegou, se kterým obvykle na oběd nechodím)

Kdy: _____

(příklad: Během polední přestávky)

Jak často: _____

(příklad: 1x týdně)

Kde: _____

(příklad: V práci)

Hodnota spojení

Jak začít ještě dnes

Vyberte si nový zvyk, na kterém byste chtěli ve svém každodenním životě pracovat

- Jděte na procházku nebo na oběd s kolegou, se kterým obvykle netrávíte čas
- Vyjádřete kolegovi uznání tím, že mu řeknete, co na něm upřímně oceňujete
- Vyhradte si čas jako tým, abyste se zamysleli nad silnými stránkami a přínosem každého z vás



Naskenujte kód a dozvíte se více o hnutí The Movement a experimentu Togetherness.



Let's work
it out
together

Můj závazek

Výzkumy ukazují, že když si zapíšete konkrétní změnu návyku spolu s tím, kdy, jak často a kde ji budete provádět, je snazší ji dodržet.

Zavazuji se k:

(příklad: Půjdu na oběd s kolegou, se kterým obvykle na oběd nechodím)

Kdy: _____

(příklad: Během polední přestávky)

Jak často: _____

(příklad: 1x týdně)

Kde: _____

(příklad: V práci)