

Masterclass – “2026 dhe Unë”

Vendosja e synimit kryesor përmes zakoneve dhe skenarëve të përsëritur

Ushtrim 5 minuta – Emërto vitin tënd

Qëllimi:

Të kalosh nga reflektimi në **pozicionim të vetëdijshëm për 2026**.

Minuta 1 – Reflektim i shpejtë (individual)

Shkruaj pa menduar gjatë:

2025 për mua ishte viti i: _____

*(një fjalë ose frazë e shkurtër, nga **Korsia 1, 2 apo 3?**)*

Minuta 2 – Analizë e thjeshtë

Përgjigju me fjali të shkurtra:

Çfarë **fitova realisht** në 2025?

Çfarë **më kushtoi më shumë energji**?

Çfarë **nuk dua ta përsëris** në 2026?

Minuta 3 – Vendimi për 2026

Plotëso fjalinë:

2026 do të jetë viti i: _____

Pastaj shkruaj:

1 zakon që duhet përsëritur çdo ditë

1 sjellje që duhet ndalur

1 marrëdhënie që do zhvilluar, 2-3 që duhen vrare!!

Minuta 4 – Test realiteti

Pyetje kontrolli:

Nëse **e bëj këtë zakon për 90 ditë**, a ndryshon realisht rezultati im?

Po Jo

(Nëse “Jo” → zakoni nuk është i duhuri.)

Minuta 5 – Angazhimi personal

Shkruaj këtë fjali dhe firmose:

“Unë e quaj 2026 vitin e _____, dhe SYNIMI IM KRYESOR ESHTË 2-7X (20255=x), dhe do ta ndërtoj përmes këtij zakoni: _____.”

Kujto:

“Njerëzit që ecin përpara, nuk e presin vitin – ata e **emërtojnë** dhe pastaj i binden atij emri.”
(Planifiko M’eliden, nga Dr Elida Motro)