

Φύλλο εργασίας 7

Ένα γρήγορο tweet και φύγατε για δουλειά.

Απλά ένα καφέ.

Έχετε μπροστά σας μια δύσκολη συζήτηση με έναν πελάτη.

Σκέφτεστε.- θα σας τηλεφωνήσω αύριο. Όλοι γνωρίζουν το συναίσθημα όταν οι αποφάσεις αναβάλλονται.

Ή μήπως υπάρχει τρόπος να εκπαιδεύσετε τον αυτοέλεγχο σαν ένα μυ και να πετύχετε τους στόχους που έχετε θέσει;

Καταγράψτε 6 τρόπους με τους οποίους το αντιμετωπίζετε.



1.

2.



3.

4.

5.

6.

