

7 enkle trinn for selvledelse

1. **Gjøre erkjennelser på egne muligheter og trusler.**
Hvilke muligheter har jeg for å utvikle meg selv og omgivelsene? **Tenke det!**
Hva ønsker jeg mest av alt en forbedring på i mitt liv?
2. **Ta eierskap og ansvar for egen tilstand og utvikling.**
Hvem har ansvaret for min tilstand og utvikling?
Hvor viktig er det for meg å oppnå nevnte forbedring? **Ønske det!**
Hva kan styrke meg i overbevisningen i at «det er verdt det» og «jeg har fortjent det»
3. **Definer personlige målsetninger og ønskede resultat.**
Hva er min målsetning og hvorfor? Hvilke resultat leder det til? **Ville det!**
Fokuser på resultat og tilstand fremfor aktiviteter. Aktiviteter kommer senere.
4. **Legg en strategi/plan og følg den.**
Hva skal gjøres? Hvorfor skal det gjøres? Når «hva» og «hvorfor» er veldefinert blir «hvordan» enkelt.
Hvordan vil jeg nå målsetningen? Hva er suksesskriterier for å oppnå ønskede resultat?
Hvor er jeg i dag i forhold til hvor jeg vil være?
5. **Gjennomfør formålstjenlige aktiviteter og unngå begrensende aktiviteter.**
Virkeliggjøre det jeg ønsker å oppnå ved å gjennomføre planen. **Gjøre det!**
Se modellen for «Målplanlegging». Det er aldri for sent. Derimot er det på tide.
6. **Affirmasjoner, positivt selvsnakk.**
Hva er jeg mest tilfreds med? (f.eks: jeg er dyktig, stolt og verdifull)
Jeg vil feire delmål og gi velfortjent ros til meg selv.
7. **Økologisk sjekk.**
Hva vil det bety for meg å oppnå dette?
Hvilke betydninger (både positive og negative) vil mine ønskede resultat ha for folk i mine fellesskap? Hvilke reaksjoner kan jeg forvente å motta?

Ibsen «Ja, tæneke det– ønske det– ville det med– men gjøre det! Nej, det skjønner jeg ikke!».

Har du et mål? Da må du helt enkelt bestemme deg, så starte.

Husk at det finnes 1000 dårlige unnskyldninger for å utsette eller sabotere denne prosessen. Disse parerer jeg selvsagt fordi jeg ønsker forbedring i livet mitt. Spør meg selv underveis (kanskje et daglig spørsmål):

Hva er jeg best tjent med på sikt?



Lykke til