

## 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? Hvorfor gjør jeg slik jeg gjør? Hvilke resultat leder det til? Ville det!*  
Jeg 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!**  
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, **tænke 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