

Goede voornemens 2017

12 STAPPEN VOOR MEER SUCCES

1. Definieer specifiek wat je wil + deadline
2. Schrijf je voornemens op
3. Definieer tussendoelen
4. Lijst acties en hulpmiddelen op
5. Organiseer deze lijst volgens prioriteit
6. Doe de gemakkelijkste actie NU
7. Vink iedere dag je acties af
8. Deel je doelen met iemand anders
9. Beloon jezelf bij tussendoelen
10. Verzorg je zelfvertrouwen
11. Bekijk tegenslagen als leermomenten
12. Slaap voldoende



2017

VOORNEMENS

NAAM + DATUM:

VOORNEMENS + DEADLINE

**ACTIES +
PRIORITEIT (A/B/C)**

TUSSENDOELEN + DEADLINE

.....

.....

.....


.....

.....

TODO

- ☐ Dagelijkse checklist gebruiken
- ☐ Mijn doelen delen met iemand
- ☐ Mezelf belonen bij tussendoelen
- ☐ Voldoende slapen

TEGENSLAGEN + WAT GELEERD?



2017

DAGELIJKSE CHECKLIST

Het bereiken van je doelstellingen is het resultaat van vele kleine acties die je over langere tijd herhaalt. schrijf bovenaan deze checklist welke acties essentieel zijn om jouw doelen te kunnen bereiken en voer ze uit + vink ze af op zoveel mogelijk dagen.

Evalueer regelmatig hoe je beter kan doen.

Zie Word document voor de template.

Acties

Dag

	Actie 1	Actie 2	Actie 3	Actie 4	Actie 5	Actie 6	Opmerkingen
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							
31							