

Vart är du på väg?

Du har två viktiga deadlines under ditt kommande skolår 13/14,

- Den 20 december
- Den 5 juni

Vilka mål har ska du ha uppnått vid dessa två datum?

Hur ska du känna dig?

Varför

Varför ska du lägga ned all energi och möda? När du tagit reda på och vet varför du lägger ned allt arbete kommer du ha en förståelse för din process. Du kommer även vara mycket nöjd med allt arbete du åstadkommit på vägen mot dina mål.

Måla upp en bild

Det är ditt ansvar att ta dig mot dina egna mål och det är ditt ansvar att måla dina bilder. Det kan ingen annan göra åt dig.

Drivmedel

Din bild eller dina bilder kommer vara det bränsle som får dig att ånga på mot ditt mål. Bilden eller bilderna blir det som skapar din inre motivation och drivkraft som får dig att röra dig framåt med ett leende.

Gör så här

1.

Sätt dig ensam i ett rum och se till att du sitter lugnt och bekvämt.

2.

Fundera över vilka olika mål du ska uppnått,

- Den 20 december
- Den 5 juni

3.

Hur vill du känna dig när du kommer hem den 20 december och 5 juni.

4.

Skriv dagens datum på ett papper.

Den 20:e december 2013 har jag uppnått _____.

Då kommer jag att må _____.

Koppla till en målbild som beskriver när du uppnått dina mål.

Den 5:e juni 2014 har jag uppnått _____.

Då kommer jag att må _____.

Koppla till en målbild som beskriver när du uppnått dina mål.

5.

Ta fram en handlingsplan på hur du ska ta dig till dina mål.