

KREATIVA KVINNOR

*Mina mål och
mina resurser
att nå dem*

sweet ambition
ESTER MIROS



VAD VILL JAG? HUR VILL JAG HA DET?

Skriv ner 25-30 saker



Jag vill...
Jag vill...
Jag vill...

Smarta mål

Under egen kontroll

S specifikt

M mätbart (gjort – icke gjort)

A attraktivt, viktigt

R realistiskt

T tidsbestämt

A accepterat (andra delaktiga?)

Välj ett mål

Har jag det som
behövs för att nå
mina mål?



Vad av det jag gör tar mig dit jag vill?

Mål och delmål leder till framgång

Tillväxt



Resurser (energier)

Pengar

Tid

Glädje, drivkraft

Kunnande

Kreativitet

Stöd och relationer

Hälsa

Annat



*Rita, klipp och klästra din
"korg"
med dina resurser som
skäl och dina mål som
innehåll*

Och - vad gör du på måndag för att
nå dina mål?