



Find din Vision

Er du i tvivl om, hvad du rigtig rigtig gerne vil opleve, opnå og bidrage med sådan overordnet set? Dette værktøj hjælper dig på vej til at se det lidt klarere. Følg punkterne nedenfor og nyd det. God fornøjelse! ☺

1. Slap af

Brug noget tid til at blive afslappet - gerne 20 min. et fredeligt sted hvor du ikke bliver forstyrret. Træk vejret dybt og fokusér på, at du vil høre på dine tanker om din vision.

2. Lyt til dig selv

Stil dig selv disse spørgsmål og svar ærligt. Skriv gerne ned, mens du sidder og fantaserer om, at du allerede er midt i at realisere dine drømme, din vision.

*Hvis alt var muligt, hvad ville du så gerne?
Hvis du ikke kunne fejle, hvad ville du så gøre?
Hvornår er du gladest?
Hvornår har du det allerbedst?*

Omgivelser:

*Hvordan ser dine omgivelser ud?
Hvor befinder du dig?
Hvad er der i dine omgivelser?
Er du alene? Eller sammen med andre? Hvem?
Hvordan ser de ud?
Hvem taler du med?
Hvad siger I til hinanden?*

Handlinger:

*Hvad gør du, når du nu er midt i din vision?
Gør du det alene? Eller sammen med andre? Hvem? Hvad gør de?*

Færdigheder:

*Hvad kan du, hvilke kompetencer har du taget med?
Hvad har du skabt på vejen til din vision?
Hvilke færdigheder har du tillært dig på vejen til din vision?*

Overbevisninger og værdier:

*Hvad tror du på, og hvad er vigtigt for dig nu, hvor du har opfyldt dine inderste drømme?
Hvilke overbevisninger har du? Hvad er dine værdier? Hvad fokuserer du på?*

3. Tegn

Når du har tænkt færdig og mærket dine svar, så har du det måske som om, du lige har set en film. Du kan mærke glæden og energien.

Tegn nu det du husker (helst i farver), - du bestemmer selv hvordan, måske i tegn og symboler, måske i form af en simpel tegning. Det er ikke noget, andre skal kunne forstå, kun du.

Herfra kan du arbejde videre med din vision meget mere konkret sammen med din personlige coach. Så hvad er dit første skridt?