

7 REFLECTIES OM JE DAG TE STARTEN

Ik start mijn dag positief, doelgericht en met focus.

/ /

1. Dankbaarheid

Waar ben je dankbaar voor?

2. Bewustzijn

Als je gisteren vandaag opnieuw zou kunnen beleven, wat zou je anders doen?

3. Intentie

Wat wil je eind dit kwartaal gecreëerd hebben op zakelijk, privé en gezondheidsvlak?

4. Emotie

Welk gevoel ervaar je als je de persoon bent geworden die zijn/haar doel heeft behaald?

5. Gewoontes

Welke 2 goede gewoontes ga je vandaag onderhouden?

1.

2.

6. Kernacties

Welke 3 kernacties ga je vandaag afwerken?

1.

2.

3.

7. Commitment

Waar zeg je vandaag NEEN tegen?

Afspraken:

:	
:	
:	
:	