

Intention 2020

Hur vill du att ditt 2020 ska bli?



Vilka drömmar har du?

Vilka punkter vill du lägga mer fokus på?

(Dig själv) (Familjen) (Hälsan) (Maten) (Träningen) (Nya mål) (Arbetet) (Resor) (Personlig utveckling) (Barnen) (Yoga) (Meditationer) (Intressen) (Naturen) (hemmet) (relationer)

Hur ska du göra för att påbörja din personliga resa detta år?

Ser du några förhinder i det du vill?

Känner du en oro inför vad andra tycker och tänker om det du gör?

Har du många negativa människor som tar din energi runt om dig?

Hur ska du göra för att kunna nå dina drömmar utan att andra ska lägga sig i?

Vad gör du för dig själv för att må bra?

Är det något hos dig själv som du vill förändra?

Hamnar du lätt i en negativ spiral?

Hur gör du för att bryta den?

Ger du dig själv beröm för det du gör?

Hur anser du att din självkänsla är idag?

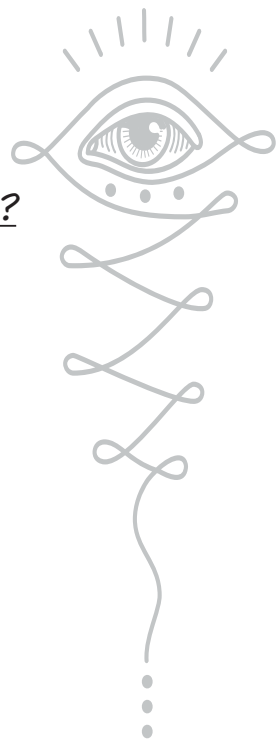


Vill du jobba mera med din självkänsla?
Om ja hur ska du börja?

Vad är Lycka för dig?

Vad är att ha balans i livet för dig?

Hur ska du hålla kvar i det så att dina förändringar hålls i längden?



Egen Lycka VisionBoard 2020.

- Skriv fritt!

