

In de vorige blog schreven we dat je even een rondje kan lopen om in de frisse lucht jouw ambities eens uit te denken! Ambities... Eigenlijk een duur woord voor dat wat jij wilt bereiken in de toekomst. Dat hoeft niet altijd met je werk of geld te maken te hebben. Het kan een concreet plaatje zijn van een specifieke auto, een reis die je wilt maken en ook een gevoel dat je wilt vasthouden dit jaar.

Denk van groot naar klein of van vaag naar concreet. Anders gezegd, probeer een groot doel op te knippen in meerdere kleine doelen of in kleine stappen.

VOORBEELD: MEER RUIMTE VOOR MEZELF

- 's Ochtends een kwartiertje de krant lezen
- Tijdens de lunch even naar buiten gaan en daar mijn boterham opeten
- In het weekend 2 uur blokken om een boek te lezen of wandeling te maken
- Als je went aan dit gevoel kan je het steeds groter maken en ervaar je ruimte voor jezelf

ANDER VOORBEELD IK WIL IN EEN KASTEELTJE IN FRANKRIJK WONEN

De kleine dingen die daarbij kunnen horen om mee te beginnen...

- Wekelijks Frans leren op duolingo
- Je wil daar een moestuin: oefen nu thuis al in het klein
- Ik wil in dat kasteel mensen leren schilderen: begin nu al met schilderles geven

Op een dag is de stap dan niet meer zo groot en heb je al veel voorwerk gedaan of stiekem zijn al je behoeftes vervuld en kom je erachter dat het niet om het kasteeltje ging maar om mensen te inspireren. Enfin, wat is jouw ambitie en hoe kom je daar stap voor stap dichterbij?

STAP 1

STAP 2

STAP 3

STAP 4

STAP 5

STAP 6

