BEDST MED VILJE

Skal 2024 være et gennembrudsår for dig?

AF CHRISTIANE MEULENGRACHT, BEDSTMEDVILJE.DK

Siden 2007 hvor jeg blev fuldtids selvstændig, har jeg oplevet positiv vækst hvert år.

Nogle år endda med eksplosiv vækst. Kvantespring som er opstået fordi jeg målrettet har skabt forandring og vækst.

Jeg kun er blevet modigere og modigere og for hvert år har jeg gang på gang overgået mine egne forventninger til, hvad der var muligt.

Hvert af disse kvantespring kræver noget: et gennembrud.

Et gennembrud er når du opdager, hvad der har stået i vejen for dig og du nu overgår dine egne forventninger og tidligere begrænsninger for at skabe, gøre eller opleve noget, du før troede var UMULIGT.

Først

Sandheden er, at jeg har 2 sorte bælter: ét i succes og ét i fiasko.

Selvom følelsen af at fejle eller stå med en fiasko sjældent føles godt i momentet, er jeg alligevel taknemmelig for alle oplevelser.

Fordi uden at mærke hvad der IKKE lykkes, er det umuligt at vide hvad der kan lykkes.

Nærværende guide handler faktisk slet ikke om dit MÅL.
Det handler om din personlige vækst i PROCESSEN mod målet.

Jeg tror nemlig på, at det ikke er målet, der gør dig lykkelig, det er de udfordringer du overvinder i dig selv for at kunne indfri målet, der for alvor gør dig stolt og glad.

Mit mål er at hjælpe **ambitiøse mennesker med at indfri deres ønsker til vækst og succes.**

Jeg opnår det mål hver dag.
Alt, hvad jeg gør i min virksomhed, er for det MÅL.

Sammen vil vi skabe DIN VÆKST for 2024 - en vækst, som du brænder for og vigtigst af alt: vi skaber en plan, en vision.

Men ikke på en måde som du kender.

Skal vi komme igang?

2023: Tak

Husker du at at få lukket de sidste 12 måneder på den rette måde?

Hvis ikke, så svarer det til at forsøge at bygge et nyt hus på et vaklende fundament. Det begrænser dig mere end du er klar over.

Deltagerne på FEMALE Goal Achievers M.A.S.T.E.R.Y. ved, at et massivt aspekt af din fremtid bliver skabt af din fortid - eller rettere, dine **fortolkninger** af fortiden.

De fleste af os bærer vores fiaskoer og svigt rundt med os som tunge sten i en rygsæk.

Som årene går, bliver tasken tungere og tungere, hvilket betyder at vores handlefrihed, skaberevne og væren bliver sværere og sværere.

Forestil dig at tømme den rygsæk. Ville det ikke være dejligt at føle dig let og begrænset igen?
Fri til at drømme, turde løbe risici og skabe igen?

2024 kan være det år, hvor du slipper at gentage det fra 2023, som ikke længere tjener dig.

Stop op et øjeblik og brug tid på denne øvelse.
Slip det, der ikke virker.
Og lad os bygge på det, som gør.

Glæd dig! Tro mig, du bliver glad for at udføre dette trin.

1: Hvad er der sket i de sidste 12 måneder, som har påvirket dig - personligt og professionelt?

2: Hvad har du lært af hver af de ting, der skete i 2023 som du kan tage med dig ind i 2024?

3: Hvem var du i januar 2023?

4: Hvem er du nu?

5: Hvad fra 2023 holder du stadig fast i og som fylder (mentalt, emotionelt og/eller fysisk)?

6: Hvad bliver der plads til, når du slipper det?
TIP: husk at sige tak for den læring du har haft.

2024: Gennembrud

Når du har gennemført del 1 succesfuldt, er det nu tid til at oprette din vision for de næste 12 måneder.

Du har muligvis ikke tænkt over det, men det her er et afgørende ansvar for enhver visionær leder, der er drevet af vækst og ambitioner.

For hvis **du** ikke gør det her for din virksomhed, hvem gør det så?

Det er vigtigt, at den plan du skaber, giver dig resultater som er vigtige for **dig**! Ikke for andre, men DIG. Dét skaber nemlig motivation og commitment.

Lad os byde 2024 velkommen!

1: Hvordan ved du, at du har lavet et gennembrud?

- Hvilke specifikke resultater viser, at du har lavet et gennembrud?
- Hvad vil det betyde for dig?
- Hvad skal der ske for at du ved, at du er på rette vej mod gennembrud?

2: Hvad skal rammerne for din sin målsætning og plan være?

- **Hvor mange ugers ferie vil du holde?**
- **Hvor mange dage om ugen vil du arbejde?**
- **Hvor mange timer pr. dag?**
- **Hvilke opgaver / ting ønsker du på ingen måde at fortsætte med i 2024 - hvad vil du tydeligt sige NEJ TAK til?**

3: Hvem skal du være for at gennemføre din plan for 2024?

TIP: du har alle egenskaberne - nu er det på tide at sætte dem i spil! Brug god tid på dette spørgsmål - det kan vise dig præcis hvordan du overkommer alle udfordringer.

4: Luk øjnene og forestil dig at det nu er slutningen af året.

Forestil dig, at du har gennemført din plan.

Du laver denne øvelse igen. Hvad vil du have lært?

5. Hvilke nye vaner har du integreret for at lykkes?

- **Én ny månedlig vane, der gør at du lykkes?**
- **Én ny ugentlig vane, der gør at du lykkes?**
- **Én ny daglig vane, der gør at du lykkes?**

6. Hvad er din motivation?

- **På en skala fra 1-10, hvor vigtigt er det for dig?**

Med andre ord: er du forelsket i dit mål? (hvis ikke, vil jeg anbefale dig at tage tid til at finde et der virkelig sætter smil på læben og bobler i maven)

- **Hvad vil konsekvensen være af, at du ikke følger din plan?**
- **Hvor stolt og glad vil du være over at det lykkes?**

7: Hvordan indfrier du bedst din plan?

- Hvilket spørgsmål kan du stille dig selv hver dag, som vil sikre, at du har fokus på det rette?

- Hvilket ord / sætning / visuelt billede repræsenterer det gennembrud som du skaber over de næste 12 måneder?

8: Det her er nok det allervigtigste og slet ikke noget spørgsmål:

- Beskriv dig selv, hvad du har lært, oplevet og hvordan din virksomhed "ser ud" om 12 måneder. Skriv det i nutid - som om du allerede er der.
- Skriv så mange detaljer som muligt.
- Lev dig ind i det - mærk hvordan det føles. Se det for dit indre øje. Hør hverdagens lyde for dit indre øre. Giv det liv!

Kvantespring frem

Jeg har gennem min karriere som rådgiver /coach / terapeut hjulpet mere end 10.000 mennesker.

Fælles for dem er, at de har committet sig (til sig selv), sat en vision og villet det.
For hvad er værdien af at sætte en målsætning som du ikke er forelsket i?

Til sidst...

Kvaliteten af dit liv følger kvaliteten af de spørgsmål du stiller dig selv.

Dine svar er naturligvis vigtige - men at stille dig selv de rette spørgsmål i forhold til din målsætning og indholdet i dit liv er endnu vigtigere.

Du kan overtænke dine svar og så er det sandsynligt at du lader dine tanker overdøve din intuition og indre visdom. Men du har allerede svarene.

Dine svar kan ændre sig, din plan kan ændre sig, og det er okay. Det vigtigste er, at du fortsat har modet til at stille dig selv disse spørgsmål.

For der er én ting, vi begge kan blive enige om: fremtiden er alt andet end sikker. Tingene vil sjældent gå som planlagt eller forventet. Det er årsagen til, at mange har vage målsætninger - eller forsøger at få en virksomhed - eller en præstation - til at køre helt uden.

De ender med at blive en fjer i vinden, der lander tilfældigt.

Hvis noget af det lyder bekendt, skal du vide at der er mange mål, jeg aldrig har nået. Jeg var faktisk engang hende, der ikke satte mål eller lavede planer fordi de så tit ikke blev indfriet. Det er markant anderledes nu.

Du kan vælge at bekymre dig og tvivle på, om du vil nå et nyt lancerings- eller omsætningstal næste år, eller du kan vælge at fokusere på at dukke op hver dag, uanset hvad.

Det er da og først da, du vil indse, at det ikke var den "ting", du jagtede, der betyder noget, men derimod hvem du bliver i processen, der tæller.

Mit ønske for dig er at du indfrier alt hvad du drømmer om i dette liv.

At du vælger at nye og nyder det, du vælger.

Du er mere end velkommen til at booke en halv times gratis og personlig strategisamtale med mig og blive klogere på:

- Har du den rigtige mentale strategi og styrke for at indfri det, du inderst inde drømmer om?
- Hvad, som du muligvis endnu ikke er bevidst om, holder dig tilbage?
- Nøglen til at koble det hele sammen, så du fremover slipper for at spilde endeløse timer og bekymring på det, der ikke virker, men kan fokusere din energi på det der gør.

Book din personlige samtale her

Christiane Meulengracht