

## Doelen en Actie

Staat voor:

- Visie
- Plannen en beslissen
- Doelen stellen
- Handelen
- Zelfverzekerd optreden
- Bewegelijkheid, flexibiliteit en souplesse
- Mentale houding, attitude; gedrag
- Focus
- Zelfsturing, pro-activiteit
- Volhouden, aanmoedigen
- Commitment



*Doelen en Focus*

Als je doelen stelt en deze wilt halen, dan is het nodig om te plannen, te beslissen en te handelen. "Een doel zonder plan is slechts een wens" (Antoine de Saint-Exupéry). Doelen stellen en daarop actie nemen vraagt om bewegelijkheid, flexibiliteit en souplesse. De mentale kant van Bewegen.

Afgestemd op jouw inspiratie kom je tot het stellen van doelen. Hoe meer je de pijlers in het model op elkaar laat afstemmen hoe meer je kunt handelen en ontwikkelen vanuit focus en flow. Uitdagingen en vaardigheden zijn dan beter op elkaar afgestemd. Dit geeft ongekende mogelijkheden.

*Wanneer we doelen kunnen stellen en acties daarop af kunnen stemmen*

- *Kunnen we uitdrukking geven aan onze inspiratie*
- *Richten we onze energie op zaken die voor ons echt belangrijk zijn*
- *Vergroten we onze kansen op invloed en succes*
- *Inspireren we anderen*
- *Vergroten we onze daadkracht*
- *Zijn we gemakkelijker in het hier en nu*
- *Worden uitdagingen en vaardigheden beter op elkaar afgestemd*
- *Kiezen we bewuster voor spanning en ontspanning*
- *Helpt dit om met focus te werken aan alle pijlers van dit model*
- *Geven we richting aan ons leven vanuit visie.*