

Plan za 2024. godinu

Fokusiranje na ciljeve

Pripremila Katarina Lukić

Email: info@katarinalukic.rs



Sadržaj

- 1 Životne dimenzije
- 2 Kratak pregled ličnih vrednosti
- 3 Stvari koje bih volela/o da uradim ove godine
- 2 Ciljevi
- 3 Detaljna razrada plana po mesecima



Put od želje do cilja

**Od otpore do prihvatanja
Od negativnog ka pozitivnom**

Od prepreke



do cilja



Čovek je stvoren tako da ima svoju svrhu, svoj cilj. Opremljen je unutrašnjim sistemom za navođenje ka cilju. Kada se čovek okrene ka cilju, pravi se tenzija koja dovodi do kretanja. Kretanje dovodi do materijalizacije cilja.

Cilj je onaj trenutak kada postignemo ono što smo želeli nakon preduzetih koraka i pređenog puta, tokom kojeg smo doživeli iskustva i naučili lekcije koje su nas dovele do željenih rezultata. Tako se napreduje na putu i u životu.

U početku beše želja, misao. Misli o želji izazivaju emocije. Emocije bude maštu. Maštanje stvara viziju, pravi film koji puštamo sebi. Film stvara doživljaj. Doživljaj postaje magnet koji privlači materijalne okolnosti koje dovode do ostvarenja cilja.



Katarina Lukić

Životne dimenzije

Lična	Društvena	Profesionalna	Prodična	Duhovna
Lične vrednosti	Partner	Ciljevi	Roditelji	Lična vera
Obrazovanje	Prijatelji	Vzija	Deca	Zdrava psiha
Finasije	Nova poznanstva	Misija	Sestre i braća	Emotivna zrelost
Zdravlje	„Popravljanje“ postojećih odnosa	Motiv	Šira porodica	Zdrav duh
Ishrana	Ponovno uspostavljanje „pokidanih“ odnosa	Privatni posao		Životni zadatak
Sport	Razne sekcije, klubovi	Učinak na poslu		Meditacija
Životni prostor	Kulturne ili druge manifestacije	Unapređenja		Molitve
Kontakt sa prirodom	Druženje, upoznavanje sebe i svojih potreba	Edukacija		Duhovna iskustva
Hobi		Promena karijere		Terapijske radionice

Kratak pregled ličnih vrednosti

- **Glavni cilj za 2024. godinu**
- **Odnos ka sebi tokom 2024. godine**
- **Tri najvažnija cilja:**
 - **Zdravlje**
 - **Odnosi**
 - **Finansije**
- **Ostalo**
 - **Prostor**
 - **Karijera**
 - **Lični razvoj**
 - **- Rad na emocijama, blokadama**
 - **-Drugi ljudi – uzajamna podrška pomoć**



Stvari koje želim da ostvarim ove godine

- **Da se zamenim stan**
- **Da napravim kvalitetniji odnos sa partnerom i decom**
- **Da naučim engleski jezik**
- **Da se osećam se dobro u svom biću**
- **Da kupim auto**
- **Da upišem jogu, italijanski jezik i sl..**

Dopišite vaše glavne ciljeve za 2024



Lična dimenzija

***Lične vrednosti *Obrazovanje *Finasije * Zdravlje *Ishrana *Sport *Životni prostor *Hobi**

Odaberite cilj koji je vama bitan

- Cilj
- Beta rečenice (prva koja vam padne na pamet)

- Alfa cilj (pozitivna rečenica koja diše u vašem ritmu)



Društvena dimenzija

***Partner *Prijatelji *Nova poznanstva *„Popravljanje“ postojećih odnosa *Ponovno uspostavljanje „pokidanih“ odnosa *Razni kursevi *Kulturne ili druge manifestacije *Druženje i upoznavanje sebe i svojih potreba**

Odaberite cilj koji je vama bitan

- Cilj
- Beta rečenice (prva koja vam padne na pamet)
- Alfa cilj (pozitivna rečenica koja diše u vašem ritmu)



Profesionalna dimenzija

***Ciljevi *Vzija *Misija *Motiv *Privatni posao *Učinak na poslu *Unapređenja *Edukacija
*Promena karijere**

Odaberite cilj koji je vama bitan

-Cilj

-Beta rečenice (prva koja vam padne na pamet)

-Alfa cilj (pozitivna rečenica koja diše u vašem ritmu)



Prodična dimenzija / Emotivni život

***Roditelji *Deca *Sestre i braća *Šira porodica**

Odaberite cilj koji je vama bitan

- Cilj
- Beta rečenice (prva koja vam padne na pamet)

- Alfa cilj (pozitivna rečenica koja diše u vašem ritmu)



Duhovna dimenzija

***Lična vera *Zdrava psiha *Emotivna zrelost *Zdrav duh *Životni zadatak *Meditacija
*Molitve *Duhovna iskustva *Terapijske radionice**

Odaberite cilj koji je vama bitan

- Cilj
- Beta rečenice (prva koja vam padne na pamet)

- Alfa cilj (pozitivna rečenica koja diše u vašem ritmu)



Detaljna razrada plana po mesecima

- Januar
- Februar
- Mart

Detaljna razrada plana po mesecima

- April
- Maj
- Jun

Detaljna razrada plana po mesecima

- Jul
- Avgust
- Septembar

Detaljna razrada plana po mesecima

- Oktobar
- Novembar
- Decembar

Rezime – najvažniji ciljevi