

Målsætning 2022

Hvad siger du til, at gøre 2022 til det mest fantastiske arbejdsår?



Foran dig ligger et helt nyt og ubrugt år. Dagene, ugerne og månederne er blanke. Men de går, uanset om du er opmærksom eller ej. Så hvis du vil stå nytårsaften i år og se tilbage på året med stolthed, skal du allerede nu i gang med at være bevidst. Og bruge dagene klogt.

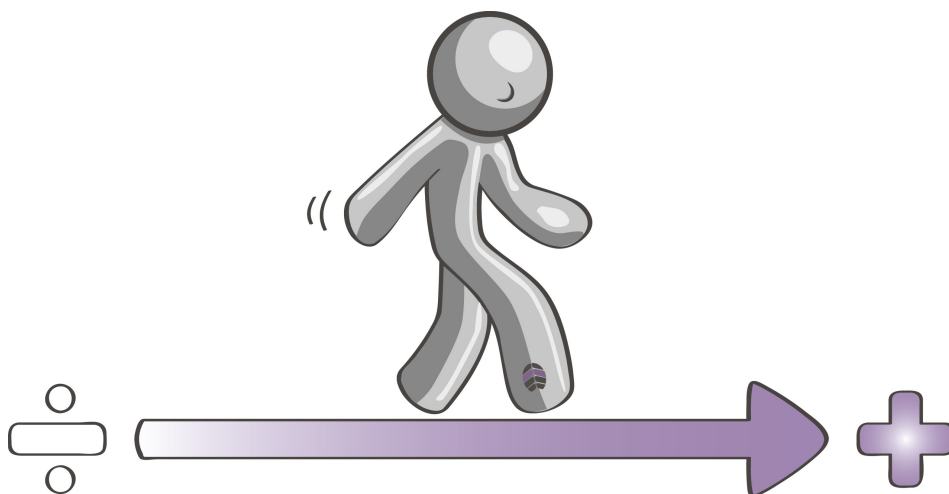
Det vil jeg gerne hjælpe dig med. Derfor har jeg lavet denne workbook, som skal guide dig gennem målsætningen.

Du får de bedste resultater ved at sætte tid af, til i ro og mag at gennemgå alle spørgsmålene, og reflektere over svarerne. Hvor lang tid du skal bruge vil afhænge af hvor grundig du er, men jeg vil foreslå dig at sætte mindst 4 timer af.

Sådan bruger du din nye workbook for 2022

- * Find dig en god notesbog, så du kan skrive erkendelser undervejs.
- * Sæt tid af så du kan arbejde uforstyrret med spørgsmålene.
- * Sørg for at sætte dine opgaver ind i kalenderen, så du sikrer dig at gøre det du beslutter.
- * Lav delmål og deadlines for hvert mål.
- * Sig målene højt til andre, eller skab dig nogle allierede der kan hjælpe dig.

Er du klar? Så lad os komme igang!



Det vigtigste først!

Denne opgave er én af mine egne hadeopgaver. Grunden til at det er en hadeopgave for mig, er at jeg helst ikke gider beskæftige mig alt for meget med fortiden.

Så når jeg tager den med alligevel, er det fordi jeg ved hvor vigtig den er. Vi skal nemlig sige ordentligt farvel til 2021, før vi kan sige goddag til 2022.

Farvel 2021

Hvad var dine største bedrifter 2021? Hvad er du mest stolt over?

Beskriv dem alle. Både store og små.



Hvilke karrieremæssige drømme gik i opfyldelse i 2021?

Hvad var dine største udfordringer?

Hvad kunne du have gjort for at mindske udfordringerne?



Hvad med din løn?

Hvad tjente du i 2021?

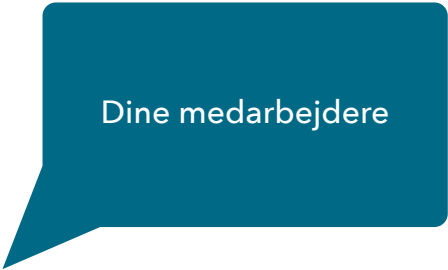
Er du tilfreds med det lønniveau?

Svarer den løn til din indsats og dine resultater?

Hvor ligger du i forhold til andre med et tilsvarende job?

Hvor meget steg du i løn?

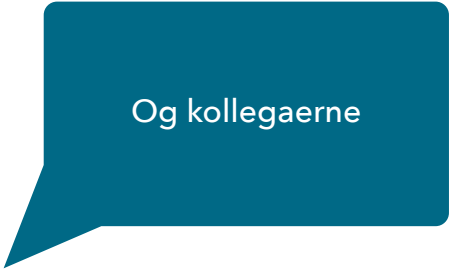
Får du bonus eller andre løntillæg? Betalt internet? Aviser?
Andet?



Dine medarbejdere

Hvilke udfordringer havde du med dine medarbejdere?

Hvilke fantastiske oplevelser havde du med dine medarbejdere?



Og kollegaerne

Hvilke udfordringer havde du med dine kollegaer?

Hvilke fantastiske oplevelser havde du med dine kollegaer?



Hvordan gik det med
chefen/direktionen?

Hvilke udfordringer havde du?

Hvilke fantastiske oplevelser havde du?



Hvad skete der i 2021?

Hvad lærte du?

Hvor var du virkelig udfordret? Hvad var svært at opnå? Og
hvad kan du gøre for at ændre det i 2021?

Hvor mange penge brugte du (eller din virksomhed) på din
udvikling?

Hvor meget tid har du brugt på din udvikling?

Hvilken type udvikling har du investeret i? Udvikling af dine lederkompetencer, eller udvikling af din fagspecifikke kompetencer?

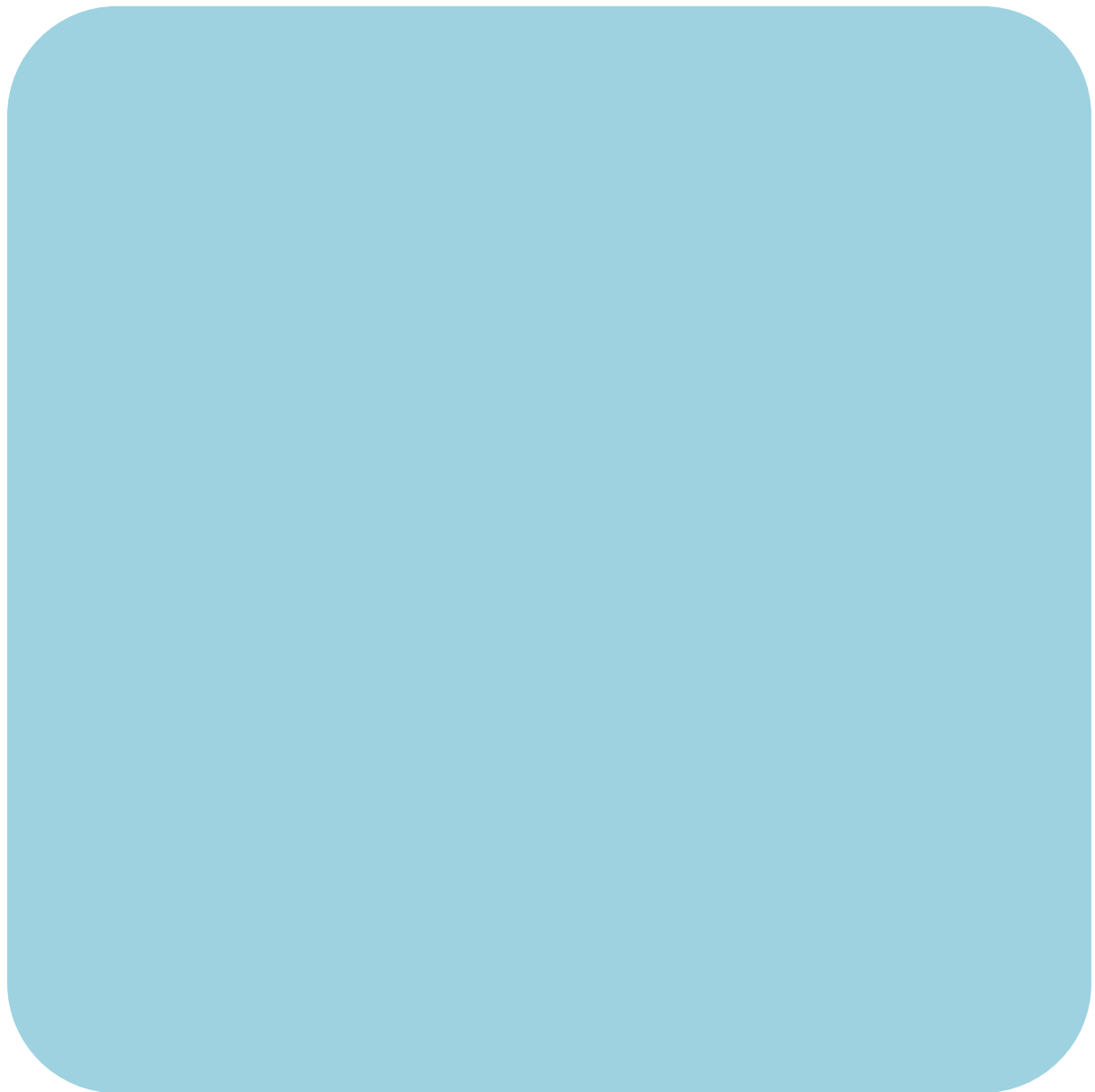
Hvad var det værste i 2021?

Hvad lærte du af det?

Hvad var det bedste i 2021?

Hvad lærte du af det?

Når du sætter dig selv i en tilstand af taknemmelighed, vil du øge din mulighed for at være ydmyg og se flere gode ting. Derfor vil jeg bede dig om at liste alle de ting ved 2021 som du er taknemmelig for:



Nu har du sagt en godt farvel til 2021, og du er klar til at sætte kursen for 2022. Det er den del af opgaven jeg er vild med. Jeg håber du får det på samme måde. **Rigtig god fornøjelse!**

Hello 2022

- let's rock!

Et nyt kapitel i livsværket ligger tomt foran dig. Du er med til at bestemme hvad siderne skal fyldes ud med. Så hvad skal der stå?



Hvor vil du gerne være i din karriere ved udgangen af 2022?



Hvad skal du have opnået?



Hvilke projekter skal du have gennemført?



Hvad kan du sætte på dit CV?



Hvad er din stilling?



Hvilken virksomhed er du ansat i?



Hvad glæder du dig allermest til?



Hvad vil du gerne have mere af?



Hvad vil du bruge mere tid på?



Hvad er dit ultimativt største ønske for 2022?



Hvad vil du gøre anderledes i 2022?



Hvordan kan andre se og mærke på dig, at du har opnået det du gerne vil?



Hvilke værdier skal være de toneangivende i dit liv i 2022?





Hvad vil du tjene i år?

Hvor stor en lønstigning er det i forhold til 2021?

Hvordan vil du opnå lønstigningen?

Er der frynsegoder, eller uddannelser du vil have som en del af lønpakken?

Hvilke argumenter skal retfærdiggøre din lønstigning?



Det er sjældent vi kan gå hele vejen alene. Derfor skal vi sikre os at vi har den rigtige support.

Har du en mentor du kan bruge til at modtage gode råd?

- ★ Bruger du din mentor nok?
- ★ Har du et godt netværk som kan hjælpe dig?
- ★ Bruger du dit netværk nok?
- ★ Har du opbakning på hjemmefronten?
- ★ Hvilke personer ville være gode for dig i 2022?

Hvordan kan du få mere ud af dit netværk?



Hvilken mentor kan hjælpe dig videre i din karriere?



Hvilken støtte har du brug for fra din chef/direktion?



Hvordan kan du opnå den støtte?



Hvem kan du gå til når du har “ild i håret” og har brug for at læsse af?



Baseret på dine svar, hvad er så det vigtigste du kan gøre for at optimere din støtte, i prioriteret rækkefølge?

1.

2.

3.

4.



Systemer

Har du et velfungerende system for at håndtere din mailboks?



Har du et velfungerende system for at håndtere forespørgsler fra dine omgivelser?



Har du et velfungerende system for at vurdere hvilke møder du skal deltage i?



Har du velfungerende systemer for dine daglige opgaver?



Har du velfungerende systemer for dine medarbejderes opgaver?



Har du et velfungerende arkivsystem på din computer, så du let kan finde dine ting?



Har du et velfungerende system for dine samtaler med dine medarbejdere?



Har du et velfungerende system for at sikre udvikling af dine medarbejdere?

Har du et velfungerende system for at sikre en tæt dialog med din chef/direktion?

Har du et velfungerende system for at sikre back-up i afdelingen ved sygdom eller spidsbelastning?

Baseret på dine svar, hvad er så det vigtigste du skal gøre i forhold til dine systemer, i prioriteret rækkefølge?

1.

2.

3.

5.

6.



Dit team

Har du det team du skal have?

Hvad fungerer godt i dit team?

Hvad fungerer ikke, og hvordan kan du forbedre det?

Hvilke roller skal du indtage overfor dit team i år?

(Eks. Handlekraft, imødekommenhed, indpisker, motivator, inspirator, andet?)

*

*

*

*

*

*

*

*

*

*

Hvilken støtte har du behov for fra dit team i år?

Hvad kan forhindre dig i at udvikle dit team?



Imagepleje

Hvad vil du gerne være kendt for?

Hvad skal dine medarbejdere sige om dig?

Hvad skal din chef/direktion sige om dig?

Hvad skal dine kollegaer sige om dig?

Hvad skal du gøre, for at de kommer til at sige det om dig, som du ønsker dig?



Balance

Hvor meget ferie vil du holde i år?

Hvad vil du bruge dine ferier til?

Hvornår skal dine ferier ligge?

Hvor meget vil du arbejde om ugen?

Hvilke tidspunkter/dage er absolut arbejdsfri?

Hvad vil du gøre for at sikre at du har overskud til både arbejde og fritid?

Hvad kan du gøre som giver dig energi?

Hvad kan du gøre for at holde dig sund?

Hvilke interesser/hobbyer vil du (gen)optage, som sikrer balance i dit liv?

Har du behov for at ændre kostvaner?

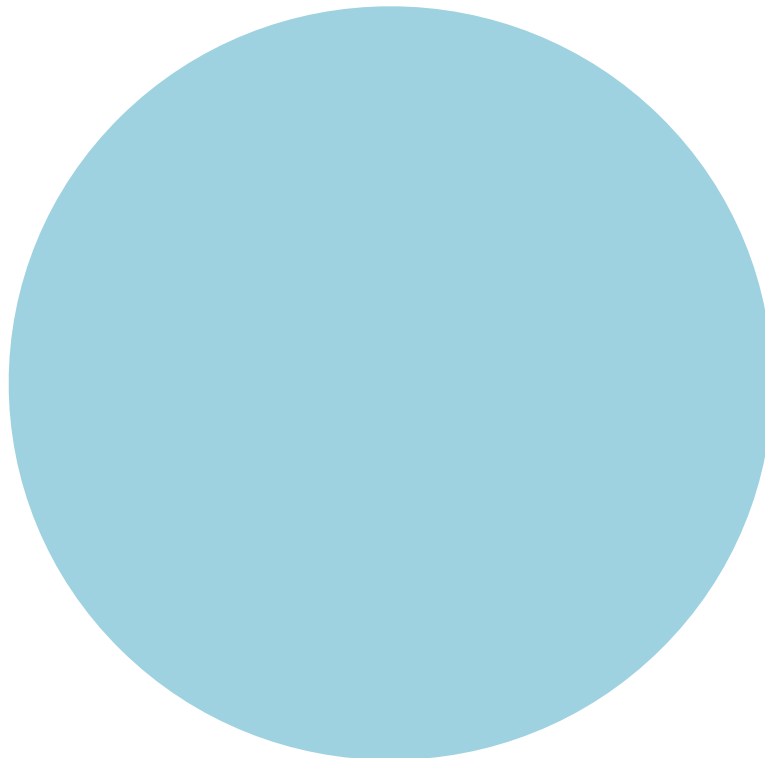
Har du behov for at ændre søvnvaner?

Hvad er de vigtigste 6 områder i dit liv?

(Eks. Familie, motion, venner, arbejde, børn, fritidsinteresser)

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

Vurdér hvordan du fordeler din tid mellem de 6 vigtigste områder. Udfyld det nedenstående pie chart.



Er det en tilfredsstillende fordeling?

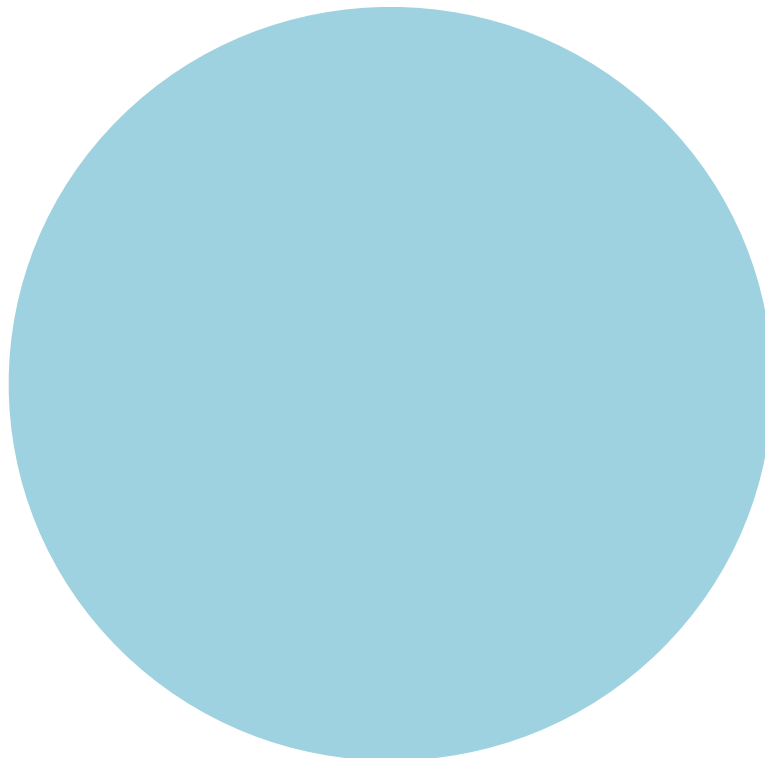
Nej? Hvad kan du ændre?

Hvad er de 6 vigtigste områder i dit job?

(Eks. Ledelse af dine medarbejdere, ledelse af din chef/direktion, deltagelse i møder, udvikling af nye produkter/forretningsgange, drift af egne opgaver, brandslukning)

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

Vurdér hvordan du fordeler din tid mellem de 6 vigtigste områder. Udfyld det nedenstående pie chart.



Er det en tilfredsstillende fordeling?

Nej? Hvad kan du ændre?

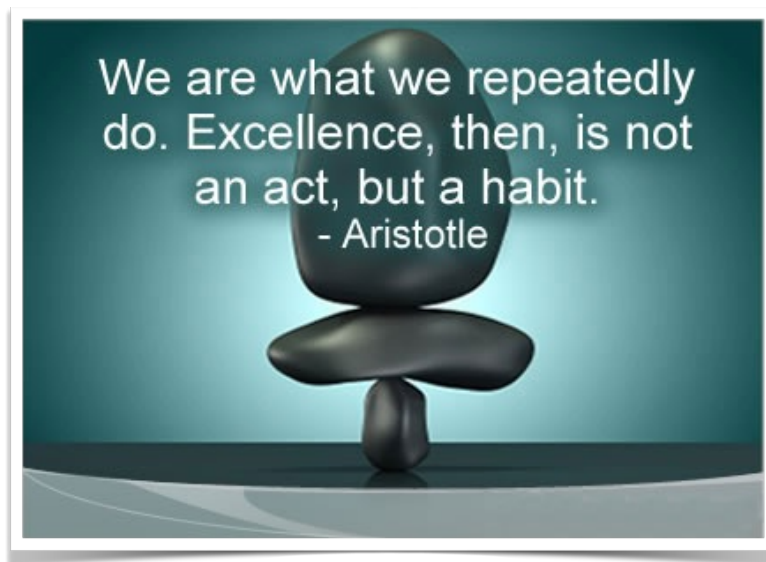


Ingen har nogensinde skabt nye resultater, ved at gentage gamle - og håbløse - vaner.

Hvis du gerne vil skabe nye ting, skal du stoppe med at gøre gamle ting der ikke tjener dig.

Hvad vil du stoppe med at gøre i 2022?

A large, empty, light blue rounded rectangle, likely a placeholder for a response or drawing.



Vaner

“Motivation er det der får os igang. Vaner er det der får os til at fortsætte”.

Vaner er altså afgørende for succes. Og der er stor sandsynlighed for, at det er dine (dårlige) vaner der bærer en del af ansvaret når du ikke kommer i mål.

Hvilke vaner spænder ben for dine mål?

.....

Hvilke vaner forhindrer dig i at være så effektiv som du kunne?

.....

Hvilke vaner ville supportere dine mål?

.....

Hvilke vaner ville du ønske at du havde?

.....

Hvad ville være en god vane at starte dagen på?

.....

Hvad ville være en god vane at slutte (arbejds-)dagen på?

.....

Hvad er de 3 vigtigste ting du kan gøre hver gang du starter på en ny opgave?

.....

Hvad er den vigtigste vane, du kan have i forhold til dine medarbejdere?

.....

Hvad er den vigtigste vane, du kan have i forhold til dine kollegaer?

.....

Hvad er den vigtigste vane, du kan have i forhold til din chef/direktion?

.....

Min liste over mine vaner

Annette's supporterende vaner

- Beslutte de 3 vigtigste opgaver for dagen
- Meditere på dagens formål og komme i den krævede sindstilstand
- Bevæge kroppen mindst 30 minutter i løbet af arbejdsdagen
- Lave 30 minutters intervaller ved større stillesiddende opgaver
- Revurdere midt på dagen, om planen for dagen skal omprioriteres
- Afslutte én opgave inden jeg begynder på en ny
- Kun svare på mails i bestemte tidsrum
- Spise mindst ét sundt måltid i løbet af arbejdsdagen
- Afslutte dagen med at skabe en prioriteret taskliste for næste dag

Annette's utroligt dårlige vaner

- Kaste sig over de sjoveste opgaver først
- Checke Facebook - OG deltage i alle mulige (og umulige) debatter
- On-line shopping
- Ringe til veninder
- Gå i køleskabet for at se om der skulle være kommet noget interessant siden jeg kiggede for 30 minutter siden.....
- Læse relevante artikler, på ikke relevante tidspunkter
- Udskyde de bøvlede opgaver til i morgen. Og i morgen. Og i morgen.....
- Spise slik hvis der på nogen måde kan findes noget i nærheden

Behøver jeg at sige, at jeg er meget opmærksom på at få luget ud i de dårlige vaner?

Hvad med dine vaner?

Dine supporterende vaner

Dine utroligt dårlige vaner

Husk!

Gamle vaner ændres kun, når de gentagne gange erstattes med nye vaner. Det kræver tid og vedholdenhed.



Uddannelse og udvikling

Kun hvis du fortsat udvikler dig, kan du udvikle dine medarbejdere og din afdeling. Derfor er nøglen til succes, at du tager din egen udvikling seriøst.

Hvad har du behov for at lære i 2022?

Hvis du var din egen chef, hvordan ville du så bede dig om at udvikle dig i år?

Hvilken uddannelse eller udvikling vil du investere i?

Hvilken uddannelse eller udvikling vil du gerne have din virksomhed til at investere i?

Hvor meget tid vil du afsætte til at blive klogere og dygtigere i år?

Hvilke bøger vil du læse i år?



Medarbejdere

Hvordan kan du forbedre din medarbejderpleje i år?

Hvor sidder dine medarbejdere fast, og hvordan kan du hjælpe dem?

Hvordan kan du belønne dine mest ihærdige medarbejdere?

Hvad kan du gøre for at vise dine medarbejdere at du sætter pris på dem?

Hvordan kan du bane vejen for dine medarbejdere, så de kan løse deres opgaver uden modstand?

Hvilken udvikling har dine medarbejdere brug for?

Notér dine medarbejders navne og beskriv hvad de har brug for at blive bedre til i år:

*

*

*

*

*

*

I My BOSS

Relationen til din chef eller direktion

Hvordan kan du forbedre relationen til din chef?

.....

Hvordan kan du lette din chef's byrder?

.....

På hvilke områder kan du klæde din chef bedre på?

.....

Hvor har du behov for at få renere linjer med din chef?

.....

Hvordan kan du komme tættere på din chef?

.....

Hvilke strategiske beslutninger vil du være med til at påvirke?

.....

Hvordan kan du komme tættere på de beslutninger?

.....

Hvad skal du være særligt opmærksom på, når du kommunikeret med din chef?

.....



Gør målet konkret og specifikt

Skriv målet

A solid light blue rectangle intended for the user to write their specific goal.

Hvilke steps skal du tage, for at nå målet? Beskriv samtlige steps/delmål og prioriter dem efterfølgende.

- *
- *
- *
- *
- *

Hvad kræver det at nå det mål du har beskrevet på forrige side?

Tid :

Penge :

Kompetencer :

Støtte :



Hvornår?

Hvornår er deadline på hvert delmål, og naturligvis på det endelige mål?

Skriv det i kalenderen, og lav en taskliste, så du sikrer at dine mål ikke bliver tabt i hverdagen.

Brug denne øvelse på alle dine mål og delmål.

Tillykke!

Du er kommet igennem din workbook, og har nu et godt overblik over, hvad du vil have ud af 2022. Det er ikke sikkert at du kan prioritere det hele, og derfor må du vælge det vigtigste ud og arbejde målrettet efter det.

Jeg behøver ikke fortælle dig, at det ikke er nok at have svaret på alle spørgsmål her i bogen. Det er dine handlinger i hverdagen, der afgør om du kommer i mål. Så når jeg siger det alligevel, er det fordi jeg ved at hverdagen er den største udfordring, for at lykkes med dine mål. Derfor skal denne workbook være din bibel resten af året. Ved at gå bruge den flittigt, øger du sandsynligheden for at lykkes dramatisk!

Brug bogen. Gå tilbage ofte. Se hvad du har skrevet. Sæt flueben ved det der er lykkedes. Opprioriter det der endnu ikke er.

Nu vil jeg give slip på dig. Sende dig ud i 2022 med et fantastisk redskab i hånden. Du har sat dine mål, og ved du hvad? Jeg tror på dig. Fordi jeg ved, at du ved, at det ikke kommer af sig selv, men at det er op til dig selv at få succes. Og ved at lave denne workbook, er du allerede langt foran dem, der ikke har gjort sig tanker om året.

Giv den gas!

De allerbedste og varmeste hilsner

Annette Klausen Bengtsson