

Din 4-ukersplan

UKE 1	UKE 2	UKE 3	UKE 4
Dag 1 Nysgjerrighet	Dag 8 Styrker	Dag 15 Mentale hindre	Dag 22 Glede
Dag 2 Lytte	Dag 9 Skjulte talenter	Dag 16 Min indre kritiker	Dag 23 Takknemlighet
Dag 3 Trivsel	Dag 10 Suksesser	Dag 17 Begrensende overbevisninger	Dag 24 Selvmedfølelse
Dag 4 Indre ressurser	Dag 11 Forbilder	Dag 18 Frykten for å feile	Dag 25 Aksept
Dag 5 Drømmer	Dag 12 Mål	Dag 19 Bekymringer	Dag 26 Å gi
Dag 6 Verdier	Dag 13 Metafor	Dag 20 Selvpålagte krav	Dag 27 Ut av komfortsonen
Dag 7 Lidenskaper	Dag 14 Historien om meg	Dag 21 Mening	Dag 28 Å være