

Куда я живу

Что на самом деле для вас важно

АНТОНИНА ЛЕБЕДИНСКАЯ 21 ДЕКАБРЯ 2020, 16:36

Цели на 5 лет

Направления мысли

Где я живу
Профессиональные цели
Как я зарабатываю
В какой я форме
Дети
Чем я занимаюсь
Что во мне изменилось

Путешествие по сев. и южн. Америке

Покупка квартиры

с

Приобрести квартиру.

Овладеть наконец то тайм-менеджментом!!!!!!

Доход

закрывать ипотеку

пойти курс по инвестированию, начать инвестировать, получить пассивный доход

Купить участок и построить дом мечты

Направления мысли

Где я живу
Профессиональные цели
Как я зарабатываю
В какой я форме
Дети
Чем я занимаюсь
Что во мне изменилось

Направления мысли

Где я живу
Профессиональные цели
Как я зарабатываю
В какой я форме
Дети
Чем я занимаюсь
Что во мне изменилось

3е детей, 2 работы (для души и для денег), а также фигура атлетического телосложения

Перестать в себе сомневаться

Стать профессионалом своего дела

найти работу мечты

Живу в большой квартире или доме с видом на реку.
Получила свое повышение
Получаю заработную плату и пассивный доход от инвестиций
У меня двое детей
Я работаю в сфере маркетинга и изучаю экологические проекты

получить еще одно образование. Улучшить жилищные условия

Цели на 5 лет

Живу в большом доме в городе Сочи всей семьей
Выйти на прибыль в 7000 долларов в месяц
Работаю в IT компании + имею пассивный заработок на продаже товаров
В отличном физической и духовной форме
У меня 2 детей уже сейчас, через 5 лет надеюсь их количество не изменится)
Я занимаюсь активным образом жизни, играю в теннис в свободное время. В будни много работаю во благо
Во мне исчезла лень

Погасить ипотеку, сменить специальность, повысить заработок, сбросить лишние килограммы. Сделать свою жизнь более интересной и увлекательной.

Выучить английский язык
Стать системным аналитиком
Научится отстаивать свою точку зрения

1. Создать семью
2. Организовать дополнительный пассивный доход
3. Несколько раз в год путешествовать
4. Преуспеть в сфере IT

свободно говорить на английском языке

Дом
Сад
Удаленная работа с достаточным доходом (1000\$)
Стабильная схема поддержания здоровья
Здоровый образ жизни
Возможность частых встреч с дочерью и внучкой
Возможность встреч с друзьями и родственниками

Цели на 5 лет

1. купить квартиру в Мск, и переехать с семьей
2. углубить знания в области СА
3. восполнить уровень английского upper-int и усовершенствовать до Advanced
4. выйти на доход около 250 тысяч р в месяц

Приобрести большую квартиру в хорошем районе Москвы, сделать атм классный ремонт и перебраться туда к моменту как ребенок пойдет в 1 класс

Выйти на высокий доход

Быть стройной спортивной и молодой

Цели:

1. Исправить прикус
2. Получить повышение на работе

цели на 5 лет

- 1) хочу много путешествовать и узнавать новое
- 2) иметь отличный доход позволяющий путешествовать и отдыхать в разных местах, при этом не работая как лошадь :)
- 3) найти себя , понять чего хочется и двигаться в этом направлении
- 4) полюбить себя и свою внешность
- 5) чувствовать любовь
- 6) посещать психолога ,для понимания своих желаний

Мечты

Поехать в Ирландию
Прокатиться на мотоцикле
Подняться на гору
Подарить родителям путешествие

Объехать Штаты и Латинскую Америку

купить квартиру

создать подушку безопасности

1) Стать артистом

подарить родителям поездку в санаторий,

съездить в Сеул

Каппадокия

работать в гугл

путешествие

отправиться в путешествие

успехом подать заявку на эрасмус

выбраться в нормальный отпуск (за границу либо в СНГ)

открыть бизнес
освоить еще одну профессию

открыть свою компанию

Полететь в Нов. Зеландию

переехать и работать в другой стране

купить собаку

отдых на Мальдивах

Жить рядом с водоемом

Переехать жить в Испанию

Ежегодно путешествовать
Купить новую машину
Найти свое предназначение

приобрести участок земли и построить большой дом. Побывать в Париже

Мечты

Каждые пол года в отпуск объездить всей семьей США, Канаду и Мексику.
Купить себе байк
Подарить отцу Dodge RAM
Переехать жить в США на Гавайи

Больше путешествовать

Купить машину
Слетать в Грецию

Отправиться в долгосрочное путешествие по миру на автомобиле

3 месяца жить в Испании

Путешествия

Не реже 1 раз в год
Совместно с родными и близкими

Мечты

- Свободно путешествовать
- Купить дом у моря в теплых краях

Мечта

Съездить на Мачу-Пикчу и остров Пасхи.

Путешествия

Посетить Байкал в зимнее и летнее время

На пенсии жить в Испании

Закрывать ипотеку

Путешествовать несколько раз в год

Рабочие цели

Примеры

КРП
Выучить подчиненного до уровня самостоятельного работника
Научиться/освоить
Получить сертификат
Попасть в кадровый резерв
Занять должность

Открыл свой бизнес

повысил навыки коммуникации
начал инвестировать

Проф. развитие

- Стать специалистом в области интернет-маркетинга

Вырасти до Middle Designer + Увеличить доход

Построить карьеру в новой сфере

Сохранить и упрочить статус эксперта.

Изучить java на уровне джуниор специалиста

Перейти на новую должность. Прокачать свои навыки.

профессиональные цели

Самореализоваться в профессии

Новая специальность и работа

Заполнить портфолио готовыми проектами с хорошими отзывами

Стать руководителем отдела

доп.заработок

Рабочие цели

Дочитать проф. книгу
Пройти курс

найти работу в Мюнхене

Открыть свой бизнес

300 000 в месяц на уделенной работе

Стать профессионалом своего дела

стать отличным руководителем и реализовывать крутые проекты, которые помогают людям

Получить повышение
Повысить свою продуктивность и продуктивность сотрудников
Научится правильной самоорганизации

Запустить успешно свои проекты. Поступить и закончить курс Лидеры цифровой трансформации

Рабочие цели

Выполнять 250 минут в день в основной работе
Выполнять максимальное количество звонков, даже если перевыполнил план
Не выбирать клиентов, стараться максимально подключать всем тестовый продукт
Продать 30 тестов в первый месяц
Продать 5-8 тарифом в первый месяц
Звонить, звонить, звонить
Проходить обучение на системного аналитика

Освоить новую профессию и найти классную работу.

Научится понимать разбираться в БД и писать запросы
Научится планировать рабочее время
Найти работу где готовы заниматься развитием своих подчиненных
Научится корректно строить вопросы

Пройти испытательный срок и успешно развиваться в аналитике

Быть классным специалистом

Рабочие цели

Кадровый вопрос

- Женя - на позицию старшего после октября
- Света - до октября
- Новый человек - собеседование; на специалиста
Согласовать с Сахан Е.А.

Рабочие цели

- Вырасти до middle
- освоить системный анализ
- попрактиковаться на реальных проектах в команде

Пройти профильное обучение
Эффективно работать на новой должности
Получить прибавку в ЗП

Стать системным аналитиком

215423

Цели

Новая профессия
Повысить навыки коммуникации

рабочие цели

Работать в свое удовольствие и иметь отличный доход

Семья

Примеры

Уделять внимание родителям
Проводить время с детьми
Проводить время с супругом/супругой
Составить семейное древо
Больше общаться с братом/сестрой
Поддерживать контакт с большой семьей

Построить личную жизнь (встретить и построить гармоничные отношения со взаимно любимым человеком)

Время с ребенком

выбрать общее хобби с сыном

родить ребенка

жениться

Больше находится с родителями, с детьми

Проводить больше времени с супругом

Родить дочку и жить счастливой семьей

Научиться не выгорать в кругу близких людей

семья и дети

Найти совместное хобби для всей семьи

Уметь слушать друг друга, уделять больше времени детям и родителям. Быть примером для детей

Проводить достаточное время с семьей, уделять внимание детям и своим родителям. Кстати настольные игры очень сближают! Рекомендую, очень увлекательно!

Создать большую и дружную семью

Построить семью и родить детей

двое детей.

Семья

- больше уделять время детям, найти общие увлечения и интересы
- дать достойное образование детям
- развить интересы и таланты у своих детей

Семья

Муж и двое детей.

Родить еще одного ребенка
Чаще навещать родных

Поддерживать связь с дальними родственниками
Поддерживать теплые доверительные отношения в семье

Продолжать в том же духе

семья

Встретить максимально подходящего мне человека , уделять больше времени родным и близким

Здоровье

Примеры

Стоматолог
прививки
Сахар
Сердце
Витамины
Осанка
Ежегодное обследование

Исключить вредные привычки

коррекция зрения

Похудеть

сделать прививку

Поставить брекеты

сделать прививку

похудеть

ходить в зал

Выработать комфортный и эффективный режим питания и спорта

Проходить диспансеризаци. Поствить имплант

Забеременеть

Пройти полное обследование организма и взять за привычку ходить к стоматологу каждые 6 месяцев

Выправить и закрепить осанку

укрепить связки и сухожилия, вернуться в спорт

Решить проблемы со спиной
Начать терапию с психологом
Улучшить физическую форму

удалить зуб мудрости и поставить брекеты

Здоровье

Стоматолога посетить
Бросить алкоголь в ежедневном обиходе

Желательно ежегодно посещать стоматолога, 1 раз в год проходить профилактическое обследование у врача. Но это в идеале! По факту некогда собой заниматься.

Научится соблюдать режим по питанию

Следить за здоровьем, отказаться от вредных привычек

здоровье крепкое

Пройти Чек ап по здоровью

Здоровье

по максимуму отказаться от медпрепаратов, освоить до конца психосматику

Здоровье

Правильное питание, и поменьше есть вредного.

Пройти ежегодный чек-ап, пройти лечение в санатории
Похудеть

Исправить прикус, вставить импланты

Проверить здоровье

здоровье

Хотелось бы вылечить все зубы , научиться отказываться от вредной пищи (в виде чипсов и тд) , вылечить кожу лица

Образ жизни

Примеры

Спорт
Питание
Вождение
Языки
Чтение
Прогулки с аудиогидом
Хобби
Путешествия
Саморазвитие

вождение

путешествия
саморазвитие

Создать тело своей мечты

Игра на фортепиано

Образ жизни

Найти время на спорт, заниматься им регулярно, ставить и выполнять спортивные цели

изучить английский язык

вставать рано

саморазвитие

Рано вставать и заниматься спортом

Регулярно заниматься растяжкой для здоровья

Получать удовольствие от общения с людьми

Решить проблемы с пищевым поведением
Найти хобби и время для себя

Вести регулярные занятия спортом

2 раза в неделю групповые тренировки.

Образ жизни

Построить график - режим
Жить по распорядку дня
Заниматься спортом (зал)
Уделять время вечернее семье
Уделять время работе
Уделять время учебе
Уделять время себе
Перестать засыпать с ноутбуком - нужна чистая голова

Купила абонемент на фитнес. Хожу регулярно.

Начать заниматься спортом
Начать ходить каждый день

Спорт, путешествие, саморазвитие

рано встаю и все успеваю

Образ жизни

Находить время на свои интересы:
творчество (пение, игра на синтезаторе), психология (психосоматика), аромапрактики,
встречаться вживую с друзьями, не забывать о внешнем виде

Регулярно заниматься спортом, выбираться в короткие поездки на выходных.
Следить за собой - делать процедуры для лица и тела.

Больше прогулок на свежем воздухе

Хобби

Научиться играть на гитаре

образ жизни

Делать все сразу , путешествовать , читать

Действия

гулять 10 минут в день

Считать каллории 7 мин/14 мин

Гимнастика 7мин.

Учить несколько новых слов на английском. До 20 минут в день

смотреть фильмы на английском языке

курсовая работа 40 минут в неделю

Испанский

7 минут каждый день Duolingo

7 минут гимнастика

Читать бизнес-литературу

одна глава определенной книги в день.

находится с семьей, а не работать

позвонить и поговорить с родителями

держат планку 55 сек 3 раза в неделю

смотреть раз в неделю по серии сериала на английском (Аббатство Даунтон), чтобы практиковать язык

качать пресс 15 мин в день

выделить хотя бы 5 минут на личное общение с близкими

читать книгу 7 минут в день

делать упражнения для осанки по 5 минут в день с утра

делать зарядку 7/14

зарядка каждый день от 10 минут (уже делаю)

делать зарядку ежедневно и танцевать под любимую музыку

Прочитать все имеющиеся книги

Делать зарядку по утрам
Читать книги каждый день

3 раза в неделю слушать аудиокнигу. каждый день в 6:30 заниматься йогой перед работой

Следить за питанием, активно отдыхать, заниматься здоровьем, окончить полезный курс в Нетология!!!

2 раза в неделю заниматься спортом
3 раза в неделю заниматься английским
2 раза в неделю заниматься саморазвитием

Читать по 30 страниц в день

проходить 20 000 шагов в день

1. Налоговый вычет за квартиру

2. Выписаться с квартиры на Котовского 2

3. Прописаться на Шевченко 35

4. Загран паспорт

Чтение

Прочитать 10 страниц книги

Регулярно заниматься обучением по курсу, не пропускать занятия.
Бегать 3 раза в неделю

Учиться по 1 часу в день

что делать то

Стараться делать все сразу. Искать увлекательные способы заработать денег , читать книги , не лениться . Может посетить пару свиданий ахвх

