



WORKBOOK

DAG 19:

SKAPA DJUPA VÄNSKAPSRELATIONER

THE 
**FUTURE
BOOK**



Dag 19: Skapa djupa vänskapsrelationer

Välj en av följande sociala strategier och implementera den i ditt liv:

- Klargör vilka dina sociala värdegrunder är.
Gör en lista över värden som du inte kan leva utan i dina vänskapsrelationer (t.ex. positivitet, tillit, vänlighet). Gör också en lista över problem och beteenden som stör dig och fundera på hur du kan bli av med dem i din vänskapskrets.

Värderingar som är viktiga för mig

Beteenden att ta bort

- Öka kvaliteten på ditt sociala nätverk.

Vem inspirerar dig? Vem vill du spendera mer tid med? Vem inspirerar dig i ditt växande, motiverar dig och skänker positivitet i ditt liv?

--

- Skapa dig ett nätverk av mentorer i världsklass

Sök efter personer som du verkligen beundrar och börja spendera mer tid med dem (IRL, FB, LinkedIn etc). Vilka är dessa människor? Hur tar du kontakt?

--



- Skapa ett virtuellt socialt nätverk

Använd tekniken för att underlätta ev. tidsbarriärer och var i världen de är och omge dig själv med visdom och vägledning som nätverket kan ge. Hur kan du gå tillväga?