

---

# De 10 tips om doelen te stellen en te behalen

- Geloof in jezelf
- Leer van het verleden
- Erken de kracht van spijt
- Accepteer negatieve emoties
- Formuleer je doelen SMARTER
- Zoek uitdaging op
- Ken je motivatie
- Zoek gelijkgestemden
- Houd vooraf rekening met obstakels
- Blijf lachen

