

Sinun Unelmasi

Käytännön ohjeita unelmien toteuttamiseksi



Outi Tannijärvi

Sinun Unelmasi

Outi Tannijärvi

Sinun Unelmasi

Käytännön ohjeita unelmien toteuttamiseksi

© 2024 Outi Tannijärvi

Kannen suunnittelu: Adi Hassan

Sisuksen taitto: Tmi Zenovia

Piirroksset: Pixabay

Kustantaja: BoD · Books on Demand, Mannerheimintie

12 B, 00100 Helsinki, bod@bod.fi

Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273,

22763 Hampuri, Saksa

ISBN: 978-952-80-7101-3

Sisällysluettelo

LUKIJALLE	11
-----------------	----

ENSIMMÄINEN LUKU	13
------------------------	----

Miten minusta tuli unelmiin uskoja

Lapsuuden starttiviivalla 14 | Ovet auki maailmaan 16 | Näkymätön tulee näkyväksi 22 | Keho ja mieli 24 | Kysymyksiä ja vastauksia 25 | Loogisen suunnittelun estetiikka 28

TOINEN LUKU	33
-------------------	----

Unelmat, toiveet ja tavoitteet

Unelmat ovat kuvia tulevaisuudesta 33 | Valjasta luovuus ja mielikuvitus avuksesi 35 | Intuitio päätöksenteon apuna 39

KOLMAS LUKU	43
-------------------	----

Kuka tarvitsee unelmia

Erilaiset unelmien toteuttajat 43 | Uuden alun aika 45

NELJÄS LUKU	49
-------------------	----

Tunne itsesi niin tunnistat unelmasi

Kirjoittaminen ajatusten selkeyttäjänä 50 | Kirje vanhemmillesi 52 | Kirje sisäiseltä lapseltasi 55 | Kirje aikuiselle itsellesi 59

VIIDES LUKU	65
-------------------	----

Askel kohti muutosta

Olet onnistunut jo monta kertaa 66 | Silmät, korvat ja sydän avoinna 67 | Onnenkantamoiset 69 | Hajoaako korttitalo 70

KUUDES LUKU	73
-------------------	----

Tee tilaa unelmille

Velvollisuudet ja odotukset 74 | Pysähdy katsomaan ja kuulemaan 74 | Asia kerrallaan 76 | Kodin rauhoittaminen 77 | Kuuntele ja tule kuulluksi 79

SEITSEMÄS LUKU	81
----------------------	----

Positiivinen oman elämän yritysjohtaja

Liiketoimintasuunnitelma 82 | Onnellinen ja lempeä pomo 82 | Kannustavat mentorit 83 | Rinnalla kulkijoiden lahjat 86 | Kalliita vai kallisarvoisia unelmia 87

KAHDEKSAS LUKU	91
----------------------	----

Esteet unelmien tiellä

Mikä jumittaa 91 | Rajoittavat ajatukset 94 | Sisäinen vuoropuhelu 96 | Sanojen voima 99

YHDEKSÄS LUKU	101
---------------------	-----

Unelman toteuttaminen on matka

Reissureppu valmiina 101 | Luopuminen vaan ei luovuttaminen 105 | Lapsuuden unelma kannattelee 106

KYMMENES LUKU	111
---------------------	-----

Projektin vaiheet pähkinänkuoressa

Suunnitelma 112 | Tavoite 112 | Lähtötilanne 112 | Ympäristövaikutukset 113 | Aikataulu ja välitavoitteet 113 | Kustannusarvio 113 | Projektitiimi 114 | Riskien hallinta 114 | Dokumentointi 114

YHDESTOISTA LUKU	115
------------------------	-----

Projektisuunnitelma unelmille

Tavoitteen määrittäminen 116 | Lähtötilanne 119 | Ympäristövaikutukset 120 | Aikataulun suunnittelu 122 | Unelman rahoittaminen 125 | Unelmatiimi 127 | Riskien hallinta 129 | Matkapäiväkirja 130

KAHDESTOISTA LUKU	133
-------------------------	-----

Harjoituksia

Kurkistus lapsuuteen 134 | Mitä näkyy peilissä 136 | Tunteesi ovat ystäviäsi 137 | Ympäristötietoisuus 139 | Taikalasit 141 | Unelma, joka ei toteutunut 142 | Kiitollisuusketju 143 | Päivä tulevaisuudessa 145

LOPUKSI	147
---------------	-----

JÄLKISANAT	151
------------------	-----

*"Kerran aloitettuasi uneksimisen
älä hetkeksikään lopeta.
Uneksi vain mahdottomia,
sillä huomista eivät
järkevät latteudet kiinnosta.
Ole hyvä unelmiasi kohtaan,
ja anna niiden toteutua.
Äläkä koskaan kuvittele, että
sinun unelmasi on ainoa.
Älä hämmästele ihmeitä,
iloiitse niistä.
Kävele vetten päällä,
herätä kuolleita henkiin.
Muista, että hymyily on uneksimista."*

- Tommy Tabermann

Tämä kirja on sinulle, jotta voisit sen avulla
toteuttaa omat unelmasi ja tavoitteesi.
Tärkeintä on tunnistaa asiat, joita todella
haluat elämääsi ja päästää irti niistä, jotka ovat
unelmiesi esteenä.

Unelmat ja tavoitteet toteutuvat samoilla
periaatteilla kuin mikä tahansa projekti.
Unelmien rakennuspalikoina ovat
mielikuvitus, intuitio, läsnäolo ja sanattomat
viestit. Perustuksena ja tukipilareina ovat
persoonallisuus, kokemus, itsetunto ja
sinnikkyys.

