



Meine Zielsetzung



Name : _____

1. Ziel _____

2. Ziel _____

3. Ziel _____

- Macht mich dieses Ziel zufriedener und glücklicher?
- Ist das Ziel konkret und klar formuliert?
- Weiß ich genau, woran ich es erkenne, wenn ich das Ziel erreicht habe?
- Ist das Ziel wirklich attraktiv für mich?
- Ist das Ziel positiv formuliert?
- Ist das Ziel mit einem Termin versehen?
- Ist das Ziel realistisch und erreichbar?
- Ist mir der Preis für dieses Ziel klar und will ich ihn bezahlen?

Meine nächsten Schritte

Was sind die nächsten 3 kleinen Schritte in Richtung auf mein Ziel? Wann gehe ich den ersten ?

1. _____
2. _____
3. _____

Ziel – Formel :

Ziel = Leistung in Zeit

Ein wirkliches Ziel beinhaltet :

**Absicht,
Entschlossenheit,
Handlung und
Durchhaltevermögen**