

Persönliche Ziele unterstützen Sie dabei der großen Vision Ihres Lebens näher zu kommen. Was möchten Sie in den nächsten 12 Monaten erreichen?

Meine zehn Ziele, die ich in den nächsten 12 Monaten erreichen möchte:

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

Welches dieser zehn Ziele möchten Sie in den nächsten drei Monaten verwirklichen?

In den nächsten drei Monaten erreiche ich folgende Ziele:

1.	
2.	
3.	

Definieren Sie Ihre Ziele **machbar und messbar**.

Die Ziele dürfen Sie herausfordern, jedoch nicht überfordern. Zu kleine Ziele werden Sie schnell langweilen und Sie verlieren unter Umständen Ihre Motivation diese zu erreichen. Setzen Sie sich Ziele, die Sie fordern und Ihre Fähigkeiten ein bisschen übertreffen. Sie wachsen an Ihren Herausforderungen und werden immer besser. Ziele, die Sie überfordern, zerlegen Sie am Besten in überschaubare und machbare Zwischenziele.

Die Messbarkeit eines Ziels ist relevant, dass Sie zweifelsfrei bestimmen können, ob Sie Ihr Ziel erreicht haben oder nicht. Je konkreter und eindeutiger, desto besser.

Überlegen Sie abschließend, welche Schritte Sie für die Verwirklichung jedes Ziels durchführen müssen und machen Sie sich einen Plan.