

Ziele setzen und erreichen

**Mein Ziel erreiche ich leichter,
wenn ich ein Ziel habe, und ich dieses Ziel schriftlich formuliere:**

Mein Ziel lautet:

-

Aufbau von Momentum!

Verhaltensänderungen müssen eingeübt werden.
Es gilt den entstehenden Widerstand zu überwinden.
Beantworte deshalb die folgenden Fragen voller Leidenschaft!
(Überzeuge uns!)

Weshalb will ich genau das erreichen?

-

Woran merke ich (schon frühzeitig), dass ich es erreiche?

-

Welche Nachteile muss ich im Erfolgsfall in Kauf nehmen?

-

Was bin ich bereit zu tun?

-