

Infoblatt

Modul 4 „Mein Leben im Griff“ – Ziele planen und verwirklichen



„Nur wer sein Ziel kennt,
findet seinen Weg.“
(Epiktet)

Gute Ziele sind:

- positiv (etwas erreichen wollen, anstatt etwas nicht wollen)
- genau bzw. konkret
- durch eigenes Tun und Handeln erreichbar
- überprüfbar und zeitlich festgelegt

Noch einige Tipps zum Ziele setzen ...

Wenn Sie sich Ihr Ziel setzen, sollten Sie die folgenden Fragen genau beantworten können:

WAS	Was möchte ich erreichen? Was soll am Ende anders sein als vorher?
WOZU	Wozu dient das Ziel? Was habe ich davon? Wer hat noch etwas davon und was genau?
WIE	Wie genau und mit wie viel Kraft will ich das Ziel erreichen?
BIS WANN	Bis wann möchte ich das Ziel erreicht haben?



Und denken Sie daran:

Gute Ziele werden regelmäßig überprüft!



Zum Schluss:

„Das Tun unterscheidet das Ziel vom Traum.“