



## Zielschärfung

Um die eigenen Ziele zu formulieren, beantworte folgende Fragenkomplexe und klären im einzelnen folgenden Punkte für dich:

**1. Was bezwecke ich mit einer Veränderung?**

Will ich mich überhaupt verändern, wenn ja ...

- was beabsichtige ich mit der Veränderung?

---

---

---

- was bedeutet die Veränderung für mich?

---

---

---

- welche Vorteile, welchen Nutzen erwarte ich aufgrund der Veränderung?

---

---

---





**2. Wie komme ich da hin?**

- Was werde ich tun damit ich meine gesteckten Ziele / Vorstellungen erreiche?

---

---

---

- Welche konkreten Aktivitäten und Maßnahmen werde ich einbringen bzw. sind für mich möglich?

---

---

---

- Was brauche ich für die Umsetzung meiner Veränderungen?  
Folgende Voraussetzungen für eine Zielerreichung könnten sein:

---

---

---

