

Basics of Me

Alles fängt mit uns selbst an, daher werden wir in diesem Arbeitsblatt die Grundlagen deines Selbst anschauen. Wer bin ich, was sind meine Ziele und was muss ich tun, um meine Ziele zu erreichen.

WER BIN ICH? WAS MACHT MICH AUS?

WAS SIND MEINE STÄRKEN?



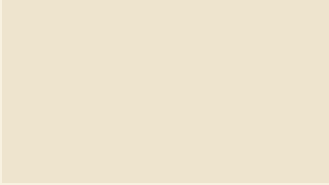
WAS SIND MEINE HAUPTZIELE?

☐☐☐☐☐☐☐☐

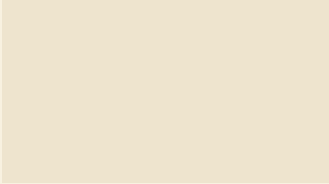
PS: WAS MÖCHTEST DU IN 6 MONATEN ERREICHT HABEN? WIE
SIEHT DEIN TRAUMLEBEN AUS?

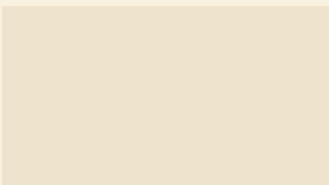
WAS UNTERNEHME ICH UM MEINE ZIELE ZU ERREICHEN?

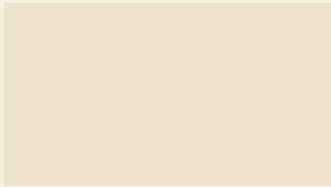
1. Ziel

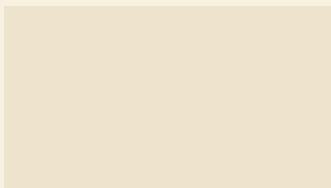


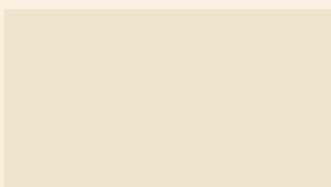
In die Handlung gehen

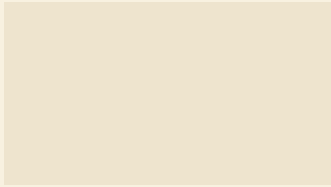


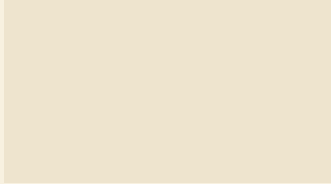












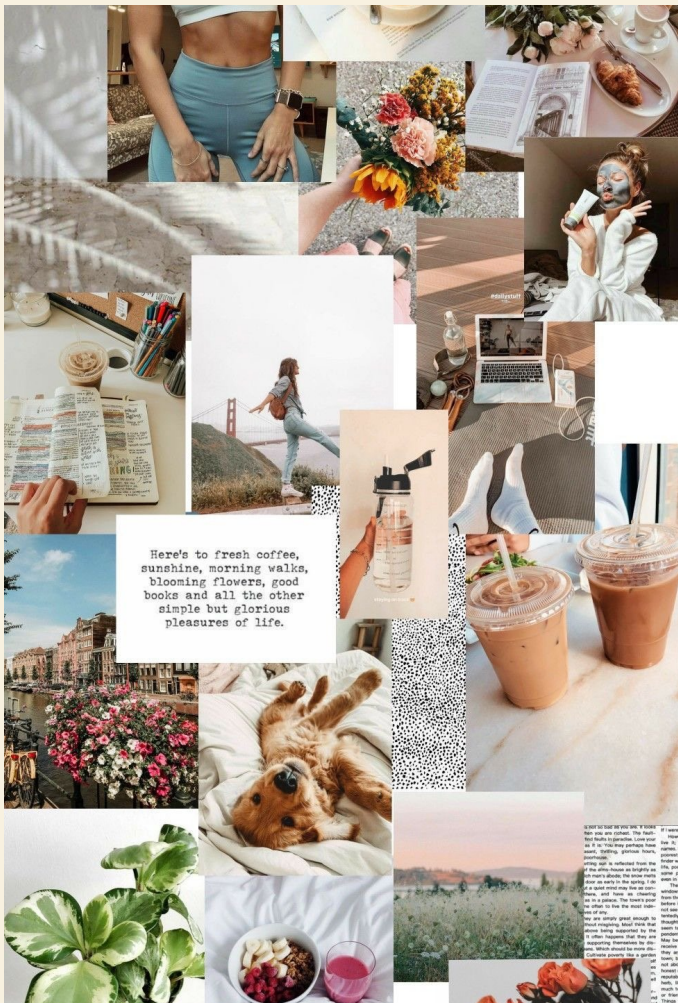
NUN DA DU AUFGESCHRIEBEN HAST, WIE UND MIT WELCHEN SCHRITTEN DU
DEINE ZIELE ERREICHEN KANNST, GEHT ES DARAN DEINE TRÄUME IN REALITÄT
UMZUSETZEN.

Vision Board

WAS IST EIN VISION BOARD? EIN VISION BOARD ENTHÄLT DEINE TRÄUME, IM BEZUG AUF DEINE ZIELE IM BUSINESS, DICH ALS PERSON, DEINE/N PARTNER/IN, DEINE FAMILIE, DAS FINANZIELLE UND DEINE FREIZEIT. ZUSAMMENFASSEND GESAGT STELLT DIESES VISION BOARD DEINE TRAUM ZUKUNFT DAR.

Du kannst dein Vision Board digital oder physisch machen. Hier siehst du ein digitales und ein physisches Beispiel.

DIGITALES BEISPIEL



PHYSISCHES BEISPIEL



DIGITAL ODER PHYSISCH?

Digital: Das Vision Board kann man als Sperrbildschirm oder auch als Hintergrundbild auf seinem Handy und Computer haben.

Physisch: Man kann ein beliebig grosses Vision Board machen, welches man als Poster aufhängen kann. Dieser Platz sollte jedoch gut gewählt sein, so dass man es täglich sieht.

JETZT MACHEN WIR EIN VISION BOARD

1. Teile dein Poster in verschiedene Bereiche auf, die deinen Prioritäten entsprechen: Business, Familie, Beziehung, persönliches Wachstum usw.
2. Suche nach Bildern/Worten in Zeitschriften, Büchern oder im Internet und zwar für jeden einzelnen Bereich.
3. Jetzt kannst du anfangen die Bilder und Wörter auf dein Poster aufzukleben.
4. Du kannst auch deine eigenen Sprüche und Skizzen auf das Poster schreiben.
5. Wenn du fertig bist, kannst du dein Poster aufhängen. Wähle einen Ort den du täglich siehst, damit dich das Vision Board täglich motiviert.

YOU CAN
DO IT!