

# Deine Zukunft



Das Schreiben mit  
der Hand auf Papier  
animiert mehrere  
Hirnareale.

Was willst du wirklich? Wie willst du in Zukunft leben? Was ist dein Traum? Was ist deine Vision von dieser Welt und wie kannst du dazu beitragen? Oder ganz persönlich: Was wünschst du dir für deine Beziehungen, deinen Job und vor allem deine Gesundheit?

Lass uns anfangen, denn:

**"Die Zukunft gehört denen, die an die Wahrhaftigkeit ihrer  
Träume glauben."**

–

**Eleanor Roosevelt**

**Was ist dein Lebensziel?**

Was ist dir wichtig, was möchtest du erreichen und WARUM?  
(Karriere, Beziehungen, Gesundheit, Freizeit ...?)

Abgeleitet aus deinem Lebensziel:

**Was ist dein Ziel in 5 Jahren?**

(Karriere, Beziehungen, Gesundheit, Freizeit ...?)

Abgeleitet aus deinem 5-Jahres-Ziel

**Was ist dein Ziel in 1 Jahr?**

(Karriere, Beziehungen, Gesundheit, Freizeit ...?)

Welche Entscheidungen musst du in den nächsten 12 Monaten treffen und welche Schritte  
musst du einleiten, um dein Ziel zu erreichen?

**Wann machst du was?**