



Das Schreiben mit
der Hand auf Papier
animiert mehrere
Hirnareale.

Deine Zukunft

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 wünscht 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?