

## Übungsblatt zu Kapitel 10: Entwickle deine Potenziale pragmatisch

**Idealistisches Ziel festlegen und visualisieren:** Notiere ein großes, idealistisches Ziel, das du erreichen möchtest. Visualisiere dieses Ziel, z. B. mit einem Visionboard, indem du Ausschnitte aus Zeitschriften nutzt, oder schreibe in einer Free-Writing-Übung alles darüber auf, bis das Blatt voll ist.

**Pragmatisch relevante Fähigkeiten aufbauen:** Wähle eine Fähigkeit, die für die Umsetzung deiner Ziele wichtig ist. Trainiere diese Fähigkeit regelmäßig, z. B. durch Bücher oder Onlinekurse. Biete anderen deine Hilfe kostenfrei an, um praktische Erfahrungen zu sammeln. Das unterstützt dich dabei, die Kompetenz weiter zu verbessern und ist eine Gelegenheit, ohne Druck von Muss-Erwartungen zu lernen.

**Inneren Dialog führen:** Finde zwei verschiedene Stimmen in dir, eine vorsichtige und eine träumerische. Lass beide über ein Problem sprechen und gemeinsam einen pragmatischen Weg in Richtung deiner Ideale entwickeln. Halte die wichtigsten Überlegungen fest und entwickle daraus einen Verhaltensplan.

**Pragmatisch experimentieren und lernen:** Nimm dir vor, jeden Tag etwas Neues auszuprobieren, was dich deinem Ziel näherbringen könnte. Falls ein Versuch scheitert, betrachte ihn als wertvolle Lernerfahrung und probiere eine andere Methode aus. Akzeptiere das Scheitern als Teil des Prozesses und nutze die Erkenntnisse für zukünftige Schritte.

**Wenn mein Team und ich dich unterstützen können und ein Coaching für dich interessant sein könnte, melde dich für einen kostenfreien Kennenlern-Call:**

**[erfolgsdrehbuch.de/kennenlernen](https://erfolgsdrehbuch.de/kennenlernen)**