

Übungsblatt zu Kapitel 2: Wollen und Können steuern deinen Erfolg

Setze ein konkretes Ziel und entwickle einen Plan: Wähle ein Ziel, das du bisher aufgeschoben hast. Erstelle einen Plan mit kleinen, erreichbaren Schritten und beginne sofort mit dem ersten Schritt. Beobachte deinen Fortschritt und überprüfe, ob du eventuell einen Schritt zurückgehen musst oder ob du dich auf dem Weg zu einer neuen Erfolgsstory befindest.

Schreibe deine Heldenreise: Identifiziere einen aktuellen Konflikt, dessen Lösung dir wichtig ist. Skizziere die SAHRA-Form (Situation, Aufgabe, Handlung, Resultat, Ausblick) und schreibe detailliert auf, was du tun musst, um diesen Konflikt erfolgreich zu lösen. Notiere dir auch, welche Fähigkeiten dir dafür noch fehlen.

Vermeide Schlangenlinien und identifiziere Ablenkungen: Analysiere, welche Ablenkungen dich von deinen Zielen abhalten (z. B. Social Media, limitierende Überzeugungen, vermeintliche Selbstverständlichkeiten, schlechte Gewohnheiten oder negative Einflüsse durch andere Menschen). Notiere, wie du diese Ablenkungen minimieren kannst, um dich geradliniger auf deinem Erfolgsweg zu bewegen.

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