

## So setzen SIE erfolgreich Ziele und erreichen Sie auch!

### **P - Positiv**

Formulieren Sie das Ziel immer positiv - ohne Negation und keine Vergleich

---

### **O - Oekologisch**

Gehen Sie in den „Zukunftsfilm“ - wie reagiert Ihre Umwelt (Verwandte, Freunde etc.) auf die Erreichung des Zieles?

---

### **S - Sensorisch**

Gedanklich haben Sie das Ziel erreicht - was hören Sie, fühlen Sie, sehen Sie, schmecken und riechen Sie?

---

### **I - Individuell**

Das Ziel ist nur dann IHR Ziel, wenn Sie es selbst erreichen können - ist das so?

---

### **T - Testbar**

Woran stellen Sie fest, dass Sie das Ziel erreicht haben?

---

### **I - Interessant**

Ist es für Sie interessant, schön, angenehm etc. das Ziel zu erreichen?

---

### **V - Visionär**

Gibt es ein größeres Ziel dahinter - welches?

---

**TIPP: Malen Sie Ihr Ziel jetzt auf und gehen Sie täglich - gedanklich - mind. 1x für 10 Minuten in diesen Zukunftsfilm ... Sie werden begeistert sein!**