

Neujahrescheckliste für Dein grandioses 2020

1. Bewusstsein schaffen und Selbstreflektion

- Wo stehe ich? Schau Dir die Fakten an.
- Welche Aktivitäten habe ich durchgeführt?
- Welche Ergebnisse sind daraus entstanden?
- Wie glücklich und zufrieden bin ich? Skala 1-10.

2. Klarheit schaffen & Entscheidungen treffen

- Wo will ich hin? Mit wem? Warum eigentlich?
- Welche Ziele habe ich erreicht? Welche Ziele darf ich anpassen?
- Welche Aktivitäten entstehen daraus im kommenden Jahr?
- Welche Entscheidungen muss ich treffen um meinem Ziel näher zu kommen?
- Triff sie jetzt!

3. Vorbereitung & Planung

- Welche Dinge kannst Du jetzt schon vorbereiten?
- Was ist die grobe Planung?
- Welche Zwischenziele kannst Du Dir setzen?
- Wie schaffst Du Balance zwischen privaten & geschäftlichen Zielen?
- Wie wirst Du für Deinen Körper sorgen?

4. Familien & Team abholen

- Sorge für ein supportives Umfeld. Informiere Deine Partner/Familie über Deine Ziele. Mache eine gemeinsame Planung.
- Involviere Dein Team in Deine Planung und lasse mitentscheiden.
- Teamtreffen frühzeitig planen.

5. Get motivated & start doing!

- Mache Dir große bunte Bilder & setze Dir Belohnungen.
- Überlege Dir, an wen kannst Du zurückgeben.
- Was ist Dein erster Schritt zum Erreichen Deiner Ziele? -> Tue es!

Innere Haltung für Dein 2020:

- Sei dankbar und demütig für das was Du hast, was Du machen darfst.
- Sorge für Balance zwischen Anspannung, Entspannung, Überspannung und Unterspannung
- Ziele setzen, aber nicht andauernd fokussieren, fokussiere Dich aufs Tun!
- Arbeite an Deinem Grundvertrauen
- Hab Freude, wir Menschen nehmen Dinge oft so viel zu ernst!
- Zieh durch!