

## **Ziele.**

Günther Baudenbacher:

Ziele sollten uns motivieren vorwärts zu kommen. DOCH manche Ziele frustrieren und lähmen uns. Motivierende Ziele sind die, die wir genau definiert haben. Wenn wir genau wissen, was wir wollen, wissen wir, wie wir sie anzupacken haben. Möchten wir zum Beispiel irgendwann mal ins Ausland, ist dies zu unkonkret. Ist unser Ziel dagegen, nächstes Jahr für sechs Monate nach Bangkok zu gehen, wissen wir konkret, was zu tun ist. Wir kümmern uns um die Papiere, suchen einen Zwischenmieter für unsere Wohnung und fühlen uns quicklebendig. Manche großen Ziele sollten wir in Etappen einteilen. Jede erreichte Etappe bringt uns unserem Ziel näher und motiviert uns weiter.

Schreiben Sie Ihre persönlichen Ziele auf!  
Verbergen sich darin Worte wie „irgendwann“, „vielleicht“, oder „irgendwie“? Was passiert, wenn Sie diese Worte mit konkreten Angaben austauschen?

Weitere Fragen zu den Themen können Sie stellen an:  
Ursula Milivojevic, e-mail: [stuttgart@familienakademie.de](mailto:stuttgart@familienakademie.de)