

Mein Ziel lautet:

Erfüllt Dein Ziel die P.O.S.I.T.I.V. Kriterien?

<b>P – Positiv</b> Ist Dein Ziel positiv formuliert?	Ja / Nein	Wenn nein: Wie heißt Dein verändertes Ziel?
<b>O – Ökologisch</b> Spricht etwas dagegen, dass Du Dein Ziel erreichst?	Ja / Nein	Wenn nein: Wie heißt Dein verändertes Ziel?
<b>S – Sinnesspezifisch</b> Stelle Dir Dein Ziel mit allen Sinnen und so detailliert wie möglich vor		Was siehst Du? Was hörst Du? Was fühlst Du?
<b>I – Individuell</b> Kannst Du Dein Ziel alleine erreichen?	Ja / Nein	Wenn nein: Wie heißt Dein verändertes Ziel?
<b>T – testbar, terminiert</b> Weißt Du, wann Du genau Dein Ziel erreicht hast? Ist ein z.B. ein Datum erwähnt? Eine Zeitspanne? Eine Menge?	Ja / Nein	Wenn nein: Wie heißt Dein verändertes Ziel?
<b>I – interessant</b> Ist das Ziel für Dich interessant?	Ja / Nein	Wenn nein: Wie heißt Dein verändertes Ziel?
<b>V – Vision</b> Welche Vision / welches großes Ziel steht in diesem Ziel? Warum möchtest Du das Ziel erreichen?		Wie sieht Deine Vision aus?