

DEIN „WARUM“

EINE ÜBUNG ZUM POWERQUARTAL

Nachdem du dir ein Ziel für dein PowerQuartal ausgewählt hast, ist es wichtig, dass du dir dein „WARUM“ dahinter ganz klar machst. Nur dann wirst du es in „schlechten Zeiten“ schaffen, auch dranzubleiben. Du wirst dich drei Mal fragen dürfen, warum du deinen Fokus auf dein Ziel richten möchtest, das ist eine sehr spannende Reise, du wirst sehen!

1. Schritt: Dein Ziel

Bevor du dein Warum ergründest, musst du natürlich ein Ziel definieren, das du innerhalb von 3 Monaten anstrebst.

Ich möchte dich hier gar nicht durch irgendwelche Vorgaben begrenzen, du wirst alleine durch die Erkundung deines Warums herausfinden, ob dieses Ziel für dich attraktiv genug ist, um es drei Monate lang im Blick zu behalten, ob es zu groß oder zu klein ist – oder vielleicht sogar ein Ziel, das du von Außen aufgeschnappt und zu deinem gemacht hast.

Sieh' es als kleines Experiment an und geh' spielerisch dran, es kann ja nichts Schlimmes passieren!

Hier hast du Platz, um dein Ziel in deinen eigenen Worten zu aufzuschreiben:



TIPP!

Grüble nicht zu lange darüber nach, welches Ziel du hier bearbeiten sollst. Wenn du während dieser Übung bemerkst, dass es doch nicht so interessant ist wie gedacht, dann nimm einfach ein anderes!

DEIN „WARUM“

EINE ÜBUNG ZUM POWERQUARTAL

2. Schritt: Dein erstes Warum

Schreibe hier den wichtigsten Grund auf, warum du dieses Ziel erreichen möchtest.

Wenn ich dieses Ziel erreiche, dann ...

3. Schritt: Dein zweites Warum

Lies dir jetzt deine Notizen zu deinem ersten Warum genau durch. Eigentlich hast du darin dein *dahinterliegendes* Ziel genannt. Warum ist DAS so wichtig für dich?

Wenn das eintritt, dann ...

4. Schritt: Dein drittes Warum

Und das Ganze noch einmal ... welches Ziel liest du aus dem zweiten Warum heraus?

Wenn das eintritt, dann ...

DEIN „WARUM“

EINE ÜBUNG ZUM POWERQUARTAL

Wie ist es dir dabei ergangen?

Wenn du den Eindruck hast, dass du noch nicht ganz beim Kern deines Ziels angekommen bist, dann lass' dich bitte nicht davon abhalten, noch ein paar tiefere Runden zu drehen.

Bist du schon nach dem zweiten Warum „am Ende“, dann höre bitte nicht auf! Solche Blockierungen können ein guter Hinweis dafür sein, dass etwas nicht stimmt und dann wird's erst so richtig spannend 😊

Magst du die Essenz deines Zieles nun hier noch einmal für dich festhalten?

Dann los: