



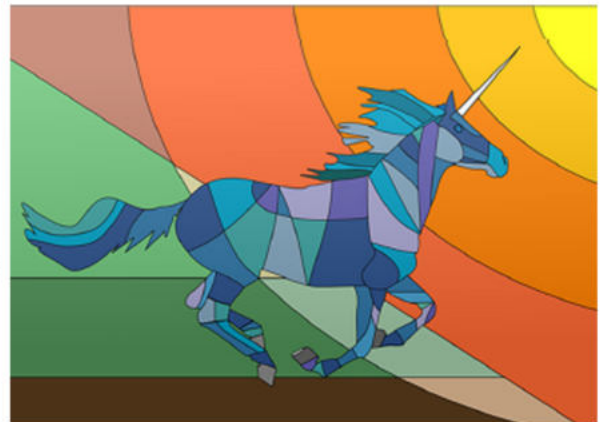
**HAVASS**  
Academy & Coaching

## TAG 5

Wir wissen jetzt, was unsere Ziele sind und was wir brauchen, um sie zu erreichen. Das Schreiben und Bestimmen einer Road Map ist natürlich wunderbar! Das reicht aber nicht. Ohne Maßnahmen können alle Ziele nicht mehr als nur Ideen sein.

Wenn du dir kein Zeitintervall für die Schritte festlegst und in Ordnung bringst, wird dein Ego, das vor Angst zittert, weil du deine Komfortzone bereits verlassen hast, sein Bestes tun, um dich davon abzuhalten, diese Schritte zu unternehmen. Also sehen wir das Spiel unseres geliebten Egos voraus und verderben dieses Spiel.

Deshalb ist deine erste Aufgabe, vor dem Spiegel mit dir selbst zu sprechen! Komm schon, mach dir eine Tasse Kaffee und stell dich vor dich. Schau in deine Augen. Es mag dir zu Beginn seltsam erscheinen, mit sich selbst zu sprechen. Völlig normal. Weil wir es nicht gewohnt sind, uns zärtlich zu umarmen. Nehme dieses seltsame Gefühl an und rede weiter. Wenn du einmal "Wie geht es dir?" sagst, wird das Gespräch sich fortsetzen. Wenn du Angst hast und sagst "wenn ich erwischt werde, werden mich alle für verrückt halten", dann kannst du die Tür abschließen, wenn du sagst "nein, ich kann meine Tür auch nicht abschließen." kannst du ins Badezimmer. Na und? Wenn jemand fragt, dann sagst du "besetzt" :)



### ***Jetzt ist die Zeit zu handeln, einen Schritt zu machen, Maßnahmen zu ergreifen!***

Ich werde dir von einem großartigen Aktionsplan erzählen, mit dem du all diese Ziele in deinem Leben erreichen kannst! Dieser Aktionsplan ist ein großartiges Hilfsmittel, mit dem wir uns dahin führen können, wohin wir gehen wollen.

### ***Wie werden wir diesen Aktionsplan erstellen?***

Zunächst platzieren wir basierend auf der von uns erstellten Roadmap alle von uns festgelegten Aktionsschritte auf der langfristigen, mittel- und kurzfristigen Zeitachse. (Ein Jahr, 6 Monate, ein Monat und eine Woche)

Als nächstes machen wir eines der wöchentlichen Ziele, die wir aufgeschrieben haben, JETZT. Ja, du hast es richtig gehört. Sobald ich diese Übung beendet habe, werde ich dich bitten, eines der wöchentlichen Ziele zu erledigen. Unser Ziel ist es, deinem Ego zu zeigen, dass du es ernst meinst und jetzt sofort Maßnahmen ergreifst.

Indem wir unsere Pläne alle 30 Tage neu bewerten, verpflichten wir uns zu einem soliden Plan und der Möglichkeit, flexibel zu sein. (Manchmal können sich Pläne ändern.)

**Dank dieser Studie bringen wir alle Schritte, die du unternehmen wirst, in Ordnung und verhindern, dass sie in der Luft fliegen, verschoben werden und mit der Zeit verschwinden.** Vergesse nicht, das Diagramm in deiner Arbeitsagenda auszufüllen, das wir für dich vorbereitet haben.

### ***Aufgaben***



- Trage die Aufgaben, die du zur Erreichung des Ziels festgelegt hast, und die Handlungsschritte, die du in deiner Roadmap festgelegt hast, in das Diagramm in deiner Arbeitsagenda ein.
- Wähle eine Aufgabe aus dem, was du in einer Woche erledigen wirst, und erledige sie sofort!

Wichtig: Du musst diese Übung für jedes Ziel separat durchführen. Du kannst dasselbe Arbeitsblatt duplizieren und auf alle deine Ziele anwenden.

