

# Die "2021 - dein bestes Jahr-Challenge"

5 Tage vom 01.-05.02.2021

## Deine Aufgabe von Tag 5

### Schritt für Schritt zum Ziel

Nimm deine Ziele/Wünsche von Tag 3 hervor und frage dich zu mindestens einem von ihnen:

1. Was wirst du konkret dafür tun = wie lautet deine Aufgabe?
2. Wie kannst du diese für dich in Teilaufgaben zerlegen und strukturieren?
3. Wie lassen sich diese Teilaufgaben an deine Bedürfnisse anpassen und verleihen deiner Aufgabe die nötige beflügelnde Attraktivität?
4. Was brauchst du noch zur Zielerreichung?
5. Wer kann dich auf dem Weg zum Ziel unterstützen?

Notiere dir alles so konkret wie möglich.

## Für deine Notizen

© Dr. Anja Schäfer

