



Was ist mein Ziel und bist wann will ich es erreichen?

(Ziel ist klar und unmissverständlich definiert)

Warum will ich dieses Ziel erreichen?

(Dein Warum muss in Dir brennen)

Commitment (Vereinbarung) mit mir selbst

Ja, ich _____, verpflichte mich mir selbst gegenüber das beschriebene Ziel zu erreichen.

Ich bin mir wichtig!

Datum

Unterschrift