

Mein persönlicher Aktionsplan

NAME _____

Datum _____

Mein ZIEL

Mein NUTZEN

Hindernisse

Möglichkeiten, diese zu überwinden

_____	_____
_____	_____
_____	_____

Meine Selbstvereinbarung ...

Was muss ich tun ?

Wann möchte ich es tun ?

Unterstützung & Hilfsmittel

_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Die Energie geht dahin, wo die Aufmerksamkeit ist.

Samuel Bartussek