

Der Wunschzettel

Notiere alles, was Du Dir wünschst, egal wie groß, oder klein, für wie wahrscheinlich oder unwahrscheinlich Du die Wunscherfüllung hältst.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Die Muss-Liste

Auf die Muss-Liste kommen all Deine Pflichten: Zur Arbeit gehen, Miete und Steuern bezahlen, etc. was Du so an Verpflichtungen hast.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Die Soll-Liste

Auf die Soll-Liste kommt alles, was Deine Mitmenschen von Dir erwarten, das nicht auf die Muss-Liste gehört und Du eigentlich nicht machen würdest, wenn Du nicht das Gefühl hättest, oder wüsstest, dass es von Dir erwartet wird. Z.B als Erste(r) im Besprechungsraum erscheinen, lüften, Material prüfen und nachfüllen etc.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Die Will-Liste

Auf die Will-Liste kommt alles, was Du selbst willst. Egal, ob Du dafür Zeit hast oder die nötigen Mittel. Die Will-Liste ist noch etwas stärker als der Wunschzettel.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Arbeite nun die ersten drei Listen ab. Überlege Dir, was erforderlich ist, um Dich mit Punkten von der Muss- und der Soll-Liste auszusöhnen oder sogar zu identifizieren. Dann kannst Du sie auf die Will-Liste zu übertragen.

Streiche die abgearbeiteten Punkte auf den ursprünglichen Listen durch. Nimm Dir den Wunschzettel vor und überlege Dir, was an den Wünschen verändert werden muss, damit diese auf die (viel stärkere) Will-Liste übertragen werden können.

Verbrenne die ersten drei Listen und schau Dir gut an, wie sie sich in Asche und Rauch verwandeln.

Arbeite täglich an den Punkten, die auf Deiner Will-Liste stehen. Übertrage erledigte Punkte in Dein Erfolgsbüchlein und notiere neue Punkte, sobald Dir etwas einfällt.