

# A6 Mein Autopilot - Zielsetzung Crashkurs

## A 6 - Aufgabe

**Schildern Sie für jeden der 7 Lebensbereiche Ihre perfekte Lebenssituation.**

**Wie sollte Ihr Leben sein, wenn es genau Ihren Wünschen entsprechen würde?**

Es gibt keine Begrenzungen oder Einschränkungen.

**Wie würden Sie sich Ihr Leben vorstellen, wenn es für Sie perfekt wäre?**

Stellen sie sich dazu vor, Sie sind 20 Jahre älter und alles ist genau so, wie es sein sollte. Sie sind selbst genau in dem gesundheitlichem Zustand, den Sie sich wünschen. In allen Lebensbereichen läuft es prächtig, genauso, wie Sie es sich wünschen. Beschreiben Sie jetzt Ihren persönlichen Idealzustand.

Beschreiben Sie in der Gegenwartsform, als ob Sie Ihren Idealzustand bereits erreicht haben. Nutzen Sie nur positive Formulierungen. Beschreiben Sie Ihren persönlichen Idealzustand ganz genau. Gehen Sie auf Ihre Aktionen und Handlungen ein, die Sie unternommen haben, die Sie zu Ihrem Idealzustand geführt haben.

---

**Beschreiben Sie jetzt Ihren persönlichen Idealzustand für den Bereich „Ihre Gesundheit“.**

**Mein persönlicher Idealzustand für den Bereich „Gesundheit“**

^  
- -  
Hier lochen  
- -  
v

A series of horizontal dotted lines provided for writing a personal description of the ideal state in the "Health" category.

Gesundheit

Beschreiben Sie Ihren Idealzustand so, wie Sie ihn sich in Ihrer Zukunft, also in ca. 20 Jahren wünschen. Denken Sie an Ihre ihnen wichtigsten Werte / Eigenschaften und beziehen Sie sie in Ihre Formulierung mit ein.

**Beschreiben Sie jetzt Ihren persönlichen Idealzustand für den Bereich „Ihre Familie / Partnerschaft“.**

**Mein persönlicher Idealzustand für den Bereich „Familie und Partnerschaft“**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

^

---  
Hier lochen  
---

v

Familie



**Beschreiben Sie jetzt Ihren persönlichen Idealzustand für den Bereich „Finanzen / materielle Wünsche“.**

**Mein persönlicher Idealzustand für den Bereich „Finanzen / materielle Wünsche“**

^  
--

Hier lochen

--  
<

Finanzen

**Beschreiben Sie nun Ihren Idealzustand, Ihre Wünsche in Bezug auf Ihren Job oder Ihr Unternehmen so, wie Sie sich ihn in Ihrer Zukunft, in ca. 10 Jahren wünschen. Denken Sie daran, Ihre Idealvorstellung sehr detailliert und in der Gegenwartsform zu beschreiben. Ihre wichtigsten Werte sollten in Ihre Formulierungen einfließen.**

**Mein persönlicher Idealzustand für den Bereich „Job / Firma“**

^  
---  
Hier lochen  
---  
v

Job-Karriere

**Achten Sie hier darauf, dass Ihr Hobby oder Ihre Leidenschaft KEINE anderen Lebensbereiche schwächt.** Sie sollten trotz Hobby genügend Energie und Zeit für Familie und Job aufbringen. Außerdem **sollte ein Hobby Ihre körperliche oder mentale Gesundheit niemals schwächen, sondern in jedem Fall stärken.** Optimal wäre es, die Leidenschaft oder das Hobby zum Job zu machen. Das könnte alle anderen Bereiche stärken und so einen höchst positiven Einfluss auf Ihr Leben haben. Auch hier gilt: **Eine gesunde Balance zu finden und Energie in alle 7 der wichtigsten Lebensbereiche zu investieren ist ausschlaggebend für ein erfülltes und harmonisches Leben.**

**Beschreiben Sie Ihren Idealzustand für den Bereich „Hobby / Leidenschaft“ so, wie Sie sich ihn in Ihrer Zukunft, also ca. in 20 Jahren wünschen.**

**Mein persönlicher Idealzustand für den Bereich „Hobby / Leidenschaft“**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

^

Hier lochen

v

Hobby - Leidenschaft

Schreiben Sie Ihren Idealzustand Ihrer persönlichen Entwicklung so auf, wie Sie ihn sich in Ihrer Zukunft, also ca. 20 Jahren wünschen. Schauen Sie dazu, wenn Sie wollen, Ihre Aufzeichnungen der 4 Grabreden und Ihre 12, Ihnen am wichtigsten Werte an. Beschreiben Sie jetzt Ihren persönlichen Idealzustand für den Bereich „Meine persönliche Entwicklung.“

**Mein persönlicher Idealzustand für den Bereich „persönliche Entwicklung“**

Dotted lines for writing.

^  
- - -  
Hier lochen  
- - -  
v



Legen Sie Ihre Aufzeichnungen in Ihren Hefter, Rubrik „Ziele“ Wir werden sie im nächsten Kursteil brauchen.