

Erfolgsbilanz 2009

Wie erfolgreich waren Sie in diesem Jahr?

Mit schnellen Schritten geht es nun auf das Jahresende zu. Vielleicht wollen Sie die Feiertage oder den Jahresbeginn für eine Reflexion nutzen?

Gerne bieten wir Ihnen hierzu in diesem Erfolgstip einige Leitfragen an, die wir den wichtigsten Lebensbereichen zugeordnet haben.

1. Soziale Beziehungen

- Wie sah es in 2009 mit Ihrer „Life Balance“ - Ihrem Verhältnis zwischen Beruf und Privatleben - aus: Hatten Sie genügend Zeit für Ihre Familie, Ihre Freunde oder Ihre Bekannten?
- Was hatten Sie sich in diesem Jahr vorgenommen, um die Ihnen wichtigen sozialen Beziehungen aufzubauen oder zu festigen?
- In welche Beziehungen haben Sie in diesem Jahr mehr Energie verloren als gewonnen?
- In welche Beziehung wollen Sie im kommenden Jahr mehr investieren?
- Welche Ziele wollen Sie dafür im nächsten Jahr erreichen?

2. Soziale Anerkennung / Beruf & Karriere

- Wie viele Stunden/Tage haben Sie - über den Daumen gepeilt - in 2009 gearbeitet?
- Hat sich der Zeiteinsatz aus ihrer Sicht für die Ergebnisse gelohnt?
- Woran würden Sie im nächsten Jahr erkennen, dass Sie für die gleiche zeitliche Investition mehr erreicht oder mit weniger zeitlichem Aufwand dasselbe Ergebnis erreicht haben?
- Welche Ziele wollen Sie für das kommende Jahr in diesem Lebensbereich erreichen?

3. Gesundheit & Fitness

- Was haben Sie sich in diesem Lebensbereich vorgenommen und was davon haben Sie erreicht?
- Haben Sie in diesem Jahr regelmäßig Sport getrieben (mind. 3 x 30 Minuten/Woche)?
- Hat sich insgesamt Ihr Fitness-Level in diesem Jahr erhöht?

- Wie oft haben Sie sich regelmäßig Pausen für Ihren persönlichen Kreativitäts-Kick gegönnt?
- Welche Auswirkungen hätte es auf Ihren beruflichen und privaten Erfolg im Jahr 2010, wenn Sie sich körperlich fit und voller Energie fühlen?
- Welche Ziele wollen Sie in gesundheitlicher Sicht im kommende Jahr erreichen?

4. Wohlstand & Finanzen

- Wie reich haben Sie sich 2009 gefühlt?
- Wie hat sich Ihr Gesamtvermögen in 2009 tatsächlich verändert?
- Wie hat sich ihr persönliches Wachstum für Sie auch in finanzieller Sicht ausgewirkt?
- Wie viel müssten Sie im Jahr 2010 verdienen, um durch Ihr Gehalt oder Ihr Einkommen/Honorar ausreichend Wertschätzung für Ihre Arbeit zu erhalten?
- Wie viel Vermögen müssten Sie 2010 haben, um ausreichend Handlungsspielraum zu haben?
- Welche finanziellen Ziele setzen Sie sich also für 2010?

5. Emotionen

- Hatten Sie in diesem Jahr genügend Zeit für Ihre Hobbies?
- Hatten Sie Ihrer Meinung nach in diesem Jahr genügend Zeit für sich selbst?
- Wie würden Sie generell Ihre „Stimmung“ in 2009 beschreiben? Wie hat sich diese im Verlauf des Jahres positiv oder negativ verändert?
- An welche besonderen positiven emotionalen Momente erinnern Sie sich noch?
- Wie müsste Ihr Leben in 2010 aussehen, um mehr von diesen Glücksmomenten zu erleben?
- Woran erkennen Sie am 1. März 2010, dass Sie Ihre Glücksmomente schon steigern konnten?

Wenn Sie inhaltliche Fragen oder Anregungen zum Erfolgstitel haben, dann stehen wir Ihnen wie immer gerne für Ihre Fragen oder den Gedankenaustausch zur Verfügung. Eine kurze Mail an [mailto:info\(at\)jbt.de](mailto:info(at)jbt.de) genügt.