



SMART

Frage 2: Hast du für deine derzeitige Hürde eine Lösung bereit und fühlst du dich kompetent für deine erfolgreiche Umsetzung?

Frage dich ausserdem: Wie hoch schätzt du deine Erfolgschance in % ein?

Ja

Lernauftrag

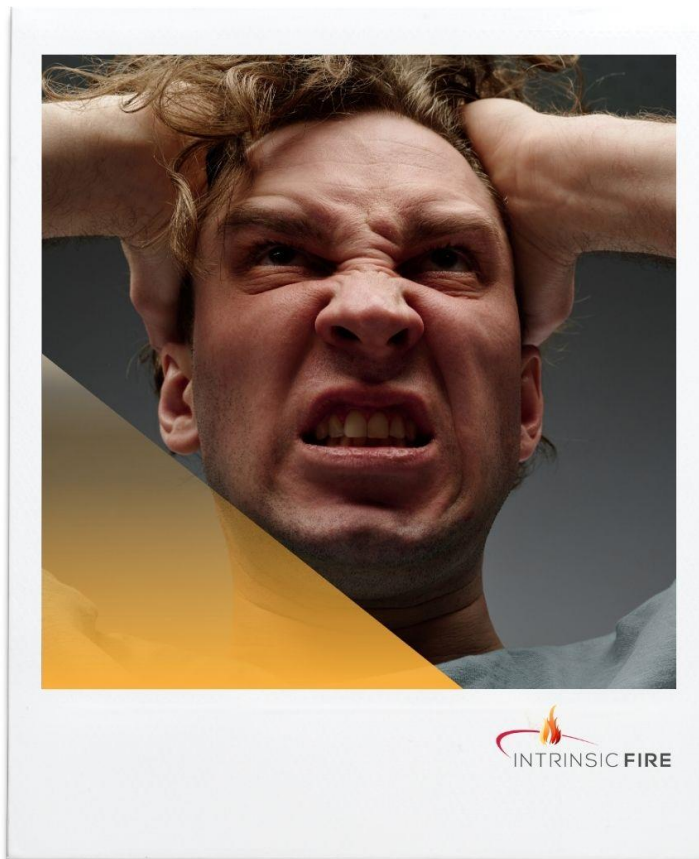


1. Plane deine erfolgreiche Umsetzung mittels konkreter Massnahmen in deinem Transferprojekt oder mit dem Modul Umgang mit Gefühlen und binde es erfolgreich in dein Gesamtprojekt Vom-Hürde-Zum ein, um deine genannte Hürde zu bearbeiten.
2. Beachte dabei deine in der Lernstatus-Selbstanalyse genannte Erfolgschance in %.
3. Gibt es noch fehlende Punkte in deinem Massnahme- oder Actionplan?
4. Plane wenn nötig dein Transfer-Coaching mit deiner Feuer-Entfacherin oder deinem Feuer-Entfacher.

Wir wünschen dir viel Spass und Flow



Wofür sind SMART-Ziele gut?



Wut dient als eine Art Alarmsystem für den Körper und den Geist. Generell hat Wut verschiedene Funktionen und Vorteile:

- Selbstverteidigung
- Signalisierung von Bedürfnissen
- Motivation zur Veränderung
- Stärkung des Selbstbewusstseins

Wir wünschen dir weiterhin viel Spass und Lernerfolg.