

Persönliche Lebensziele

1. Was habe ich in meinen Lebensbereichen erreicht?
2. Was habe ich für meinen inneren und äußeren Frieden/Glauben getan? Etwas, das für mich den Sinn meines Lebens darstellt und das für mich die Aufgabe in meinem Leben darstellt (religiöses, soziales, politisches oder ethisches Engagement, Umwelt, ...)
3. Was habe ich getan, was mir Freude gemacht hat? (Hobby, Spaß, Erlebnisse, Kultur, Kunst, ...)
4. Welche Familie habe ich? (Welchen Partner, welche Kinder, Enkel, Urenkel, ...)
5. Welche Freunde habe ich?
6. Was habe ich für meine Fitness und Gesundheit getan?
7. Was habe ich für meine Finanzen und meinen Wohlstand getan? Wie lebe ich im Alter?
8. Welche Leistung/welchen Nutzen habe ich erbracht?
Was habe ich geschaffen?
Was habe ich in meiner Firma/in meinem Beruf erreicht?
Was war mein Beruf? Kann ich sagen, dass er Berufung war?
Wann bin ich in den Ruhestand gegangen (oder gehe ich)?
9. Was habe ich für meine persönliche Fortbildung getan?
Wie war meine persönliche Entwicklung?
Welche Bildung und Fähigkeiten habe ich erworben?
10. Was sagen andere Menschen über mein Leben?
11. Welche Wirkung hatte mein Leben auf die Gesellschaft?
12. Mit welcher Persönlichkeit würde ich gerne zu diesem Zeitpunkt verglichen werden?

Langfristige Planung (21 Jahre) bis:

1. Frieden:
Was tue ich für meinen inneren und äußeren Frieden, Glauben und Sinn?
Was tue ich, das über mein Leben hinaus reicht?
2. Freude:
Was möchte ich gerne erleben?
Welchen Spaß möchte ich haben?
Welche Hobbies will ich pflegen?
3. Familie:
Welche Familie möchte ich gründen und mitgestalten?
Möchte ich Kinder? Wenn ja, wie viele? Was ist mir an der Erziehung besonders wichtig?
Welche Art von Mutter/Vater – Tochter/Sohn möchte ich sein?
Wie groß soll meine Familie sein? Was werde ich bereit sein für sie zu tun?
Wie soll das familiäre Verhältnis sein?
4. Freunde:
Welche Freunde möchte ich haben?
Wie soll mein soziales Netzwerk aussehen?
Welche Art von Freund möchte ich sein?
Was sollen meine Freunde über mich sagen?
5. Fitness:
Was werde ich für meine Fitness tun? Was möchte ich sportlich erreichen?
Was werde ich für meine Gesundheit tun? Wie möchte ich aussehen? Wie möchte ich mich fühlen? Welche Form der Entspannung pflege ich?
Welche regelmäßigen Untersuchungen werde ich machen lassen (Zahnarzt, Gesundheitscheck, Sportmedizin, ...)?
6. Finanzen:
Welchen finanziellen Wohlstand werde ich in meinem Leben erreichen?
Wie wird die Finanzierung meines Alters aussehen?
Wie werde ich meine Familie absichern?
In welcher finanziellen Situation werden meine Kinder ins Leben starten?
Was möchte ich mir in meinem Leben als Luxus leisten (Haus, Auto, Schmuck, Kleidung, Sportgeräte, Garten, Bilder, Bücher, Sammlungen, ...)?
7. Firma:
Welche beruflichen Leistungen will ich erbringen?
Wie werden sich meine Leistungen auf das Unternehmen und die Gesellschaft auswirken?
Wie werden sich meine Leistungen auf das Leben einzelner Menschen auswirken?
Was will ich im Berufsleben erreichen?

8. Fortbildung:
- Was werde ich in meinem Leben lernen?
 - Welche Ausbildungen und Fortbildungen werde ich abschließen?
 - Welche Anerkennungen auf welchem Gebiet werde ich erlangen?
 - Welche Persönlichkeit bin ich geworden? Wie strahle ich auf andere aus?
 - Worum werde ich bewundert (möchte ich bewundert werden)?