

Fortschritts-Kontrolle: Bin ich noch auf dem richtigen Weg?

1. Allgemeiner Überblick

Das ist mein Ziel:

Das war meine Startsituation:

Gemessen an der Startsituation - Welche Fortschritte habe ich schon erreicht?

Gemessen an meinem Ziel - Welche Hindernisse muss ich noch überwinden?

Wann könnte ich schätzungsweise mein Ziel erreicht haben?

2. Etappenkontrolle

Welches Etappenziel habe ich mir an meinem letzten Kontrolltermin vorgenommen?

Habe ich dieses Etappenziel schon erreicht?

Falls ja: Was habe ich mir für eine Belohnung gesetzt?

Wann werde ich meine Belohnung einlösen?

Falls nein: Wie weit bin ich von meinem Etappenziel noch entfernt?

Wann könnte ich es erreicht haben?

Was muss ich noch dafür tun?

3. Kontrolle der Zwischenschritte

Was hatte ich mir seit meinem letzten Kontrolltermin für Aufgaben gestellt?

Habe ich die gestellten Aufgaben erreicht?

Falls nein: Warum habe ich es nicht geschafft, diese Aufgaben umzusetzen?

Was könnte ich beim nächsten Mal anders machen, damit ich erfolgreicher bin?

Wie muss ich eventuell meine Aufgabenstellung verändern, damit die Planung realistisch und zielführend ist?

4. Ausblick

Meinen nächsten Kontrolltermin plane ich am

Mein nächstes Etappenziel ist

Dafür will ich mich folgend belohnen

Bis zum nächsten Kontrolltermin nehme ich mir folgende Aufgaben vor

- 1.

- 2.

- 3.