Franziska Dittrich

# Workbook

zur Podcastfolge #005

© Franziska Dittrich

Franziska Dittrich

# INHALTE


SCHRITT 1 — 3
FINDE DEIN "WHY"

SCHRITT 2 — 4
DEIN RESIGNATIONSPUNKT

SCHRITT 3 — 5
FORMULIERE DEIN ZIEL

SCHRITT 4 — 6
DEINE ERFOLGSGESCHICHTEN

SCHRITT 5 — 7
GO FOR IT


© Franziska Dittrich

# SCHRITT 1: FINDE DEIN "WHY"

Womit bist Du auf der Welt, wie sie heute ist, nicht einverstanden?

Was wünschst Du Dir stattdessen?

Worin liegt Dein ehrliches Interesse? Weshalb sollte sich gerade das verändern? Was ist dann anders?

Wodurch fühlst Du Dich in Deinem Alltag (beruflich wie privat) eingeschränkt?

© Franziska Dittrich

# SCHRITT 2: DEIN RESIGNATIONSPUNKT

Wann war in Deinem Leben der Punkt, an dem Du aufgehört hast, an Deine Einzigartigkeit zu glauben? Wann hast Du aufgehört, daran zu glauben, dass das, was Du tust, einen Unterschied machen kann?

Welche Geschichte erzählst Du Dir gerade über Dich selbst? Warum braucht oder will niemand das, was Du zu geben hast? Warum lohnt es sich garnicht erst, Deine Träume und Wünsche weiterzuverfolgen?

Ist das wahr?

© Franziska Dittrich

# SCHRITT 3: FORMULIERE DEIN ZIEL

Wie fühlst Du Dich hier an Deinem Ziel?

Was wird dadurch möglich, dass Du jetzt an Deinem Ziel angekommen bist?

Wodurch hast Du die Welt ein Stück besser gemacht?

© Franziska Dittrich

# SCHRITT 4: DEINE ERFOLGSGESCHICHTEN

Notiere Dir fünf Erfolgsgeschichten aus Deinem Leben.

1.

2.

3.

4.

5.

Welche Fähigkeiten hast Du eingesetzt, um diese Erfolge zu erzielen?

*

*

*

*

*

Wie kannst Du diese Fähigkeiten nutzen, um einen ersten Schritt in Richtung Ziel zu gehen?

© Franziska Dittrich

# SCHRITT 5: GO FOR IT

Wann gehst Du los?

Datum:

Uhrzeit:

Welche sind die ersten drei kleinen, aber ganz konkreten Schritte, die Du tun kannst?

*

*

*

Der Fehler, den Du ab heute nie mehr machen solltest:

Hör auf, Deine Person mit dem besten Teil in anderen Menschen zu vergleichen!

Wenn Dir die Podcastfolge gefallen hat, würdest Du mir einen riesen Gefallen tun, wenn Du mir eine Bewertung auf Apple Podcasts hinterlässt. Lass mir auch gern Dein Feedback zur Folge auf Instagram da.

Ich freue mich total und bin unglaublich dankbar, dass Du mich auf meinem Weg unterstützt.

Viel Freude beim Reflektieren und bis zum nächsten Mal.

Franziska Dittrich

© Franziska Dittrich