Der Weg zum Ziel – Deine Checkliste

Wenn dein Reiter ein Ziel erreichen will, braucht es nicht nur einen Plan, sondern auch Geduld und Ausdauer. Damit dein Elefant nicht unsicher stehenbleibt oder in die falsche Richtung läuft, hilft es, diese Punkte zu beachten:

1. Ziel klären

☐ Was genau willst du erreichen? Formuliere das Ziel positiv und klar.

☐ Warum ist dieses Ziel wichtig für dich?

2. Kleine Schritte setzen

☐ Welcher erste, machbare Schritt bringt dich näher ans Ziel?

☐ Welche weiteren kleinen Etappen kannst du festlegen?

3. Hindernisse vorhersehen

☐ Was könnte schwierig werden?

☐ Welche Strategien helfen dir, dranzubleiben?

4. Eigene Stärken nutzen

☐ Welche Stärken hast du, die du nutzen könntest?

5. Flexibel bleiben

☐ Falls Plan A nicht klappt – gibt es einen Plan B?

6. Erfolge bewusst machen

☐ Was hast du bereits geschafft?

☐ Wie kannst du dich für Fortschritte belohnen?

Erinnere dich: Dein Elefant lernt durch Wiederholung und braucht Motivation. Halte dein Ziel im Blick, aber erwarte nicht, alles sofort zu schaffen. Jeder kleine Schritt zählt!