**Arbeitsblatt 5  
Deine aktuelle Lebenssituation**  
  
Bevor Du Dein Ziel bestimmst, ist es wichtig, Deine derzeitige persönliche und private Situation zu durchleuchten. Häufig wird die Bedeutung der Lebenssituation unterschätzt und vernachlässigt mit unerwünschten Folgen: Die Partnerschaft kann scheitern oder der gewünschte berufliche Erfolg stellt sich nicht ein.

**Kennst Du die Auswirkungen für Dich und Deine Umgebung? Bitte formuliere Dein Ziel solange um, bis Du eine positive und befriedigende Lösung gefunden hast:**

1. Kann ich mein Ziel aus eigener Kraft erreichen. Das Ziel darf nicht zu sehr von anderen Menschen oder bestimmten Bedingungen abhängig sein. Was kann ich dafür tun und muss ich sogar dafür tun?

**(Welche Mittel stehen mir zur Verfügung, was kann ich allein bewerkstelligen?)**

1. Wie sieht mein Leben aus, wenn ich mein Ziel erreicht habe? Was hat sich in meiner Lebenssituation zum Besseren verändert?  
   **(Lebe ich erfüllter, habe ich mehr Lebensfreude?**

1. Welche Veränderungen ergeben sich für die Kinder, falls vorhanden und werde ich bei der Betreuung gebraucht?   
   **(Alter der Kinder, kann ich sie bei deren Bildung noch unterstützen?)**
2. Was ändert sich für meinen Lebenspartner, wenn ich meine beruflichen Ziele erreichen will? Welche Bedürfnisse und Pläne hat dieser?  
   **(eigene Karriere, Bedürfnis nach Austausch und Nähe, Entlastung im Haushalt und der Kindererziehung)**
3. Gibt es Menschen in meiner Umgebung, die auf meine Hilfe angewiesen sind?  
   **(Freunde, Verwandte)**
4. Welche Hindernisse muss ich überwinden, um mein Ziel zu erreichen?   
   **(Umzug, Kinderbetreuung)**
5. Welche Abläufe, Situationen würden sich verändern, wenn ich mein Ziel verwirklichen will.   
   **(Arbeitsweg, Freizeitaktivitäten, Zeit für Familie)**
6. Gibt es Menschen, die mich unterstützen, deren Hilfe ich benötige, um mein Ziel zu erreichen?   
   **(Nachbar, Mutter, Lebenspartner, Geschäftskontakte)**
7. Welche finanziellen Mittel, Gegenstände oder Geräte benötige ich für die Verwirklichung meines Ziels.   
   **(Auto, Bücher, Laptop, Kredit)**
8. Welche Personen sind von meinem Ziel betroffen und zu welchen Abhängigkeiten könnte das führen?   
   **(Lebenspartner, Verwandte, Kinder, Freunde, Sportpartner)**