



GENTLEMENS AGREEMENT

EST. 2024

WWW.GENTLEMENS-AGREEMENT.DE

© 2024

ANLEITUNG: FINDE DEIN WARUM UND BLEIBE MOTIVIERT

UM DURCH SCHWIERIGE ZEITEN ZU KOMMEN, BRAUCHST DU EIN STARKES „WARUM“ – EINE TIEF VERWURZELTE MOTIVATION, DIE DICH ANTREIBT. WENN ALLES UM DICH HERUM ZUSAMMENBRICHT, DEIN BUSINESS SCHEITERT ODER DEINE BEZIEHUNGEN ZERBRECHEN, IST DEIN WARUM DER ANKER, DER DICH WEITERMACHEN LÄSST. ES GIBT DIR KRAFT, JEDEN TAG MIT ENTSCHLOSSENHEIT AUFZUSTEHEN UND AN DEINEN ZIELEN ZU ARBEITEN. OHNE EIN KLARES WARUM FEHLT DIR DIE RICHTUNG, UND ES WIRD SCHWER, LANGFRISTIG DRANZUBLEIBEN. DOCH SOBALD DU DEIN WARUM KENNST, WIRST DU NICHT MEHR ZÖGERN ODER ZWEIFELN – DU WIRST HANDELN.

HIER IST EINE BEWÄHRTE METHODE, UM DEIN WARUM ZU FINDEN UND FEST IN DEINEM LEBEN ZU VERANKERN:



WICHTIG

SEI EHRlich ZU DIR SELBST. BELÜGE DICH NICHT.
SETZ DIR EIN ZIEL, GIB DIR DEIN WORT UND DAS WICHTIGSTE:
HALTE DEIN WORT!

ANLEITUNG: FINDE DEIN WARUM UND BLEIBE MOTIVIERT

DEFINIERE DEINE WICHTIGSTEN ZIELE

- SCHREIBE **10 KONKRETE ZIELE** AUF, DIE DU UNBEDINGT ERREICHEN MÖCHTEST.
- DIESE KÖNNEN SOWOHL **MATERIELLE** (Z. B. FINANZIELLE UNABHÄNGIGKEIT, EIGENES UNTERNEHMEN) ALS AUCH **PERSÖNLICHE** (Z. B. MENTALE STÄRKE, EIN VORBILD FÜR DEINE FAMILIE SEIN) ZIELE SEIN.
- STELLE SICHER, DASS DIESE ZIELE WIRKLICH AUS DEINEM INNEREN KOMMEN UND NICHT DURCH ÄUSSEREN DRUCK ODER ERWARTUNGEN GEPRÄGT SIND.
- FRAGE DICH: **WAS WÜRDEN MICH WIRKLICH ERFÜLLEN? WAS TREIBT MICH AN?**



WICHTIG

SEI EHRlich ZU DIR SELBST. BELÜGE DICH NICHT.
SETZ DIR EIN ZIEL, GIB DIR DEIN WORT UND DAS WICHTIGSTE:
HALTE DEIN WORT!

ANLEITUNG: FINDE DEIN WARUM UND BLEIBE MOTIVIERT

IDENTIFIZIERE DIE WICHTIGSTEN MENSCHEN IN DEINEM LEBEN

- ERSTELLE EINE LISTE MIT **5 BIS 10 PERSONEN**, DIE DIR AM MEISTEN BEDEUTEN.
- DAS KÖNNEN FAMILIENMITGLIEDER, FREUNDE ODER AUCH MENTOREN SEIN.
- FALLS DU KEINE 10 PERSONEN HAST, IST DAS NICHT SCHLIMM – WICHTIG IST, DASS DU ERKENNST, WER IN DEINEM LEBEN WIRKLICH ZÄHLT.
- FRAGE DICH: **FÜR WEN MÖCHTE ICH ERFOLGREICH SEIN? WEM MÖCHTE ICH EIN BESSERES LEBEN ERMÖGLICHEN? WER GIBT MIR KRAFT, WENN ICH SELBST NICHT WEITERWEISS?**



WICHTIG

SEI EHRlich ZU DIR SELBST. BELÜGE DICH NICHT.
SETZ DIR EIN ZIEL, GIB DIR DEIN WORT UND DAS WICHTIGSTE:
HALTE DEIN WORT!

ANLEITUNG: FINDE DEIN WARUM UND BLEIBE MOTIVIERT

WÄHLE DEIN STÄRKSTES WARUM AUS

- SCHAU DIR DEINE BEIDEN LISTEN AN UND STELLE DIR FOLGENDE FRAGEN:
 - **WELCHES ZIEL BEDEUTET MIR AM MEISTEN?**
 - **WELCHE PERSONEN GEBEN MIR DEN GRÖSSTEN ANTRIEB?**
- REDUZIERE DEINE AUSWAHL AUF DAS WICHTIGSTE ZIEL UND DIE PERSONEN, DIE EINE ENTSCHEIDENDE ROLLE IN DEINEM LEBEN SPIELEN.
- DEIN WARUM KANN MIT MENSCHEN ZUSAMMENHÄNGEN (Z. B. FAMILIE, KINDER) ODER AUCH EIN PERSÖNLICHER ANTRIEB SEIN (Z. B. FREIHEIT, SELBSTVERWIRKLICHUNG).
- DEIN WARUM MUSS DICH **EMOTIONAL BERÜHREN** UND DIR DAS GEFÜHL GEBEN, DASS DU BEREIT BIST, ALLES DAFÜR ZU TUN.



WICHTIG

SEI EHRlich ZU DIR SELBST. BELÜGE DICH NICHT.
SETZ DIR EIN ZIEL, GIB DIR DEIN WORT UND DAS WICHTIGSTE:
HALTE DEIN WORT!

ANLEITUNG: FINDE DEIN WARUM UND BLEIBE MOTIVIERT

VERANKERE DEIN WARUM IN DEINEM ALLTAG

- **SCHREIBE DEIN WARUM AUF:** PLATZIERE ES DORT, WO DU ES TÄGLICH SIEHST (Z. B. NOTIZ AUF DEM SCHREIBTISCH, HANDY-HINTERGRUND).
- **VERKNÜPFE DEIN WARUM MIT DEINEN HANDLUNGEN:** FRAGE DICH JEDEN MORGEN: WAS KANN ICH HEUTE TUN, UM MEINEM WARUM NÄHERZUKOMMEN?
- **NUTZE DEIN WARUM ALS ENTSCHEIDUNGSHILFE:** WENN DU VOR HERAUSFORDERUNGEN STEHST, ERINNERE DICH DARAN, WARUM DU ANGEFANGEN HAST.
- **LEBE DEIN WARUM TÄGLICH:** ES DARF KEINE BLOSSE IDEE SEIN, SONDERN MUSS ZU EINEM TEIL DEINER IDENTITÄT WERDEN.



WICHTIG

SEI EHRlich ZU DIR SELBST. BELÜGE DICH NICHT.
SETZ DIR EIN ZIEL, GIB DIR DEIN WORT UND DAS WICHTIGSTE:
HALTE DEIN WORT!

ANLEITUNG: FINDE DEIN WARUM UND BLEIBE MOTIVIERT

AKZEPTIERE RÜCKSCHLÄGE UND BLEIB DRAN

- **ERWARTE HINDERNISSE** UND VERSTEHE, DASS SIE EIN TEIL DES PROZESSES SIND.
- **LASS DICH NICHT VON RÜCKSCHLÄGEN ENTMUTIGEN** – ERINNERE DICH IMMER WIEDER AN DEIN WARUM.
- **REFLEKTIERE REGELMÄSSIG**, OB DEIN WARUM NOCH ZU DEINEN AKTUELLEN LEBENSZIELEN PASST.
- **NUTZE DEIN WARUM ALS KRAFTQUELLE**, UM AUCH DANN WEITERZUMACHEN, WENN ES SCHWIERIG WIRD.



WICHTIG

SEI EHRlich ZU DIR SELBST. BELÜGE DICH NICHT.
SETZ DIR EIN ZIEL, GIB DIR DEIN WORT UND DAS WICHTIGSTE:
HALTE DEIN WORT!

ANLEITUNG: FINDE DEIN WARUM UND BLEIBE MOTIVIERT

FAZIT

DEIN WARUM IST DER SCHLÜSSEL ZU LANGFRISTIGER MOTIVATION UND ERFOLG. ES GIBT DIR DIE RICHTUNG VOR, HÄLT DICH AUF KURS UND HILFT DIR, RÜCKSCHLÄGE ZU ÜBERWINDEN.

SOBALD DU DEIN WARUM GEFUNDEN HAST, WIRD SICH DEINE PERSPEKTIVE VERÄNDERN – DU WIRST NICHT MEHR ÜBERLEGEN, OB DU ETWAS TUST, SONDERN WIE DU ES UMSETZT. FINDE DEIN WARUM, HALTE DARAN FEST UND LASS ES DICH ZU HÖCHSTLEISTUNGEN ANTREIBEN!



WICHTIG

SEI EHRlich ZU DIR SELBST. BELÜGE DICH NICHT.
SETZ DIR EIN ZIEL, GIB DIR DEIN WORT UND DAS WICHTIGSTE:
HALTE DEIN WORT!

GENTLEMEN'S AGREEMENT

WWW.GENTLEMENS-AGREEMENT.DE

INFO@GENTLEMENS-AGREEMENT.DE

