

Mein Plan für 2026

Das Workbook

Visioning: Das Zukunftsbild, das mir Energie gibt

Gerade wenn man vom Alltagsgeschäft aufgesogen wird, lohnt es sich, mit Abstand auf das eigene Unternehmen zu schauen – und sich klarzumachen, welches Ziel man eigentlich verfolgt. Wie sähe für mich eine Zukunft aus, die mich stolz machen und mich mit Freude erfüllen würde? Was würde dies konkret bedeuten? Wie sähe meine Firma dann aus – und wie sähe mein Leben aus?

Mit einer Technik, die in den 1960er-Jahren im Zuge der ersten Mondlandung entwickelt wurde und die heute im Spitzensport gängige Praxis ist, lässt sich der angestrebte Erfolg so konkretisieren, dass wir ihn uns bildlich vorstellen können. So entsteht ein Kompass für den eigenen Erfolgskurs: eine Orientierung für das unternehmerische Handeln. Dies soll sich so gut anfühlen, dass es dich beflügelt, also eine Menge Energie freisetzt.

Arbeitsblatt: Mein Lieblingsort

Was ist mein Lieblingsort, der mir Kraft gibt?

Stelle dir deinen Lieblingsort konkret vor und skizziere schriftlich, was du vor Augen hast. Stelle dir vor, einen einzigen Moment in einem Bild einzufangen, wie auf einer Postkarte. Was genau würde man sehen? Stelle dir vor, dass du jetzt in diesem Augenblick an diesem Lieblingsort bist. Wie sieht es dort aus? Wie fühlt es sich an? Was hörst du? Was riechst du? Was spürst du?

Arbeitsblatt: Worauf bin ich stolz?

Worauf bist du stolz? Was erfüllt dich mit Freude? Wähle die drei wichtigsten Dinge oder Erlebnisse aus, auf die du stolz bist. Vergegenwärtige dir diese möglichst detailgetreu. Und stelle dir die Frage: Wie fühlt sich dies jetzt an? Und was hat dazu beigetragen, dass dies möglich war?

Arbeitsblatt: Entwurf meiner Zukunftsvision

In dieser Übung geht es darum, dass du dir möglichst konkret vorstellst, wie deine Zukunft Ende 2026 aussieht. Diese Regeln gelten beim Schreiben:

- Schreibe auf den Seitenkopf **ENTWURF**: Die Erfahrung zeigt, dass es einem leichter fällt, etwas zu Papier zu bringen, wenn man weiß – und immer wieder daran erinnert wird –, dass das Geschriebene nicht perfekt sein muss, sondern nur ein erster Entwurf ist.
- Schreibe dann das **Datum** auf, das du in genau fünf Monaten, drei Wochen und vier Tagen erleben wirst: den 31. Dezember 2026.
- Schreibe den **Text im Präsens**, also in der Gegenwartsform. Dies ist wichtig, damit er nicht den Charakter einer Willenserklärung oder Wunschvorstellung gewinnt. Wichtig ist vielmehr, dass der Text so geschrieben wird, als sei die Zukunft längst eingetreten. Wir befinden uns also tatsächlich im Dezember 2026.
- Schreibe den **Text mit Stift auf Papier in 15 Minuten** an einem Stück herunter – ohne den Stift abzusetzen. Es geht nicht darum, einen möglichst wohlüberlegten Text zu schreiben, also immer wieder innezuhalten und zu überlegen. Im Gegenteil: Versuche, das Denken für einen Moment einzustellen, sich also ganz dem Stift zu überlassen und ihn einfach schreiben zu lassen – auch wenn es überraschend sein sollte, was dann zu Papier gebracht wird.

Meine Vision (Entwurf)