



Heute schon ein  
**Ziel** gesetzt?



**“Ein Ziel ist ein Wunsch  
mit einem Plan”**

**- Sabina Tschernych**



# Wer sind die Speaker?

# Sabina Tschernych

- Gründerin von Rocket Your Life und Hidden
- Business & Life Coach
- Social Media Mentor
- IT-Beraterin



Instagram  
@Sabina.Tschernych



WhatsApp  
+49 174 202 2878



**Rocket**  
*YourLife*

# Lord Karol Jasztal

- Gründer und Inhaber von Cashflow Karol
- Coach      • Berater
- Mentor     • Trainer
- und vieles mehr!



Facebook  
CashflowKarol



Instagram  
@Cashflow\_Karol



WhatsApp  
+49 1577 400 2651



YouTube  
CashflowKarol



# Wichtige Definitionen

# Was ist ein Ziel?

**Bedeutung:** etwas, worauf jemandes Handeln, Tun o. Ä. ganz bewusst gerichtet ist, was jemand als Sinn und Zweck, angestrebtes Ergebnis seines Handelns, Tuns zu erreichen sucht

## Beispiele:

- ein [klares] Ziel vor Augen haben
- sich ein Ziel setzen, stecken

**Herkunft:** mittelhochdeutsch, althochdeutsch zil, vielleicht verwandt mit Zeit und eigentlich = Eingeteiltes, Abgemessenes

[Weitere Informationen »](#)

**Rocket**  
*YourLife*



# Was ist ein Meilenstein?

**Bedeutung:** wichtiger Einschnitt, Wendepunkt o. Ä. in einer Entwicklung  
“Ein Zwischen- oder Unterziel” - Lord Karol

## Beispiele:

- Meilensteine der Menschheitsgeschichte
- Einen Meilenstein erreichen

**Herkunft:** aus dem Substantiv Meile und dem Substantiv Stein  
(eigentlich ein behauener, säulenförmiger Stein, der  
Meilenangaben oder andere Entfernungsangaben trägt)

[Weitere Informationen »](#)

**Rocket**  
*Your Life*



# Was ist eine ideale Szene?

**Bedeutung:** es ist der Zustand, den erreichen willst. Wenn dich jemand fragt wozu du etwas machst, ist die ideale Szene der Purpose (zu deutsch etwas unpassend: Zweck), zu dem du es tust.

## Beispiele:

- Die aktuelle Szene ist, dass ich nur 100€ auf die Seite legen kann. Die ideale Szene ist erreicht, wenn ich 1.000€ auf die Seite lege.
- Meine ideale Szene ist erreicht, wenn ich 10.000€ monatlichen Cashflow habe.

[Weitere Informationen » wende dich an Lord Karol](#)

**Rocket**  
*Your Life*



# Was ist eine ideale Szene?

**Herkunft:** aus dem englischen *ideal scene* - *It is what you want to achieve. The entire concept of an ideal scene for any activity is really a clean statement of its PURPOSE.*

*You compare the existing scene and how it shall be. How it shall be is your ideal scene.*

Setzt sich aus dem Wort "ideal" und "Szene" zusammen.

[Weitere Informationen » wende dich an Lord Karol](#)

**Rocket**  
*Your Life*





# Ziele setzen...

**WOZU** ist das überhaupt gut?

# Deshalb solltest du dir Ziele setzen

1. Fokus
2. Was will ich wirklich?
3. Was ist wichtig und was nicht?
4. Ziel als Navigation



**Rocket**  
*Your Life*



# Deshalb solltest du dir Ziele setzen

6. Den Prozess genießen
7. Stress vermeiden
8. Erfolge feiern



**Rocket**  
*YourLife*



# Deshalb solltest du dir Ziele setzen

1. Um den Fokus auf das zu richten, was ich erreichen möchte (selektive Wahrnehmung: Beispiel neues Auto, Fahrschule, Kinder, etc.)
2. Ich mache mir klar, was ich wirklich will und ziehe es auch an.
3. Es hilft, für mich Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden und die Prioritäten richtig zu setzen.
4. Damit ich mich nicht ziellos und verloren fühle brauche ich einen Plan. Ziele sind wie das innerliche Navigationssystem. Ich komme von A zu Punkt B.

**Rocket**  
*YourLife*



# Deshalb solltest du dir Ziele setzen

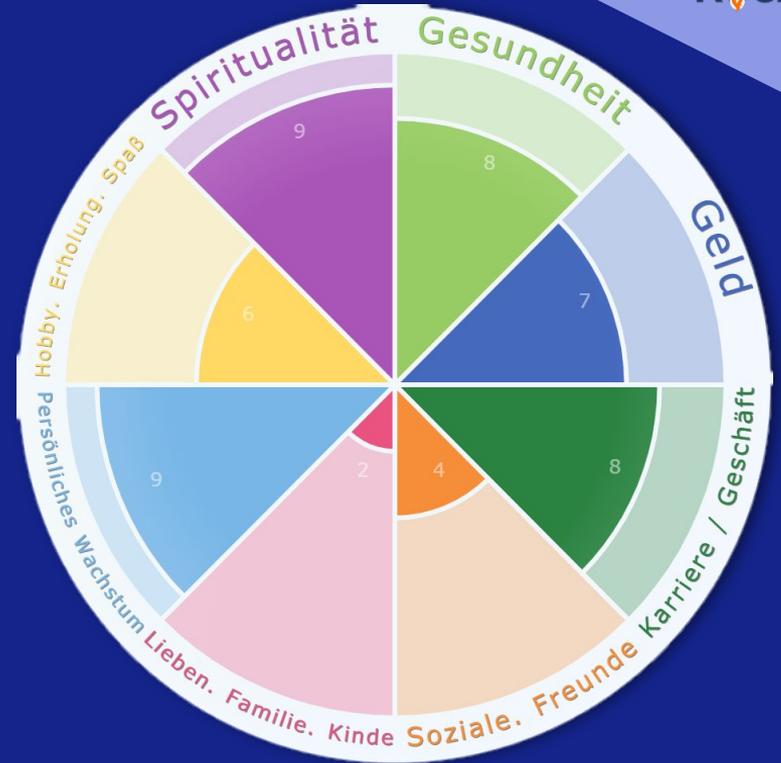
6. Ohne Ziele fühle ich mich unglücklich. Nicht nur das Ziel selbst macht uns glücklich, sondern der ganze Weg dahin. Wir treffen unterschiedliche Menschen, wie lernen neue Dinge kennen. Der gesamte Prozess ist einfach genial!
7. Ohne Ziele bin ich jeglichen Stress des Lebens ausgesetzt und kann nichts bei Seite schieben, um mich auf wichtige Dinge zu konzentrieren
8. Mit Zielen bin ich bereits durch die Arbeit auf die ideale Szene hin, glücklich, erfüllt, voller Energie und Tatendrang!

**Rocket**  
*Your Life*



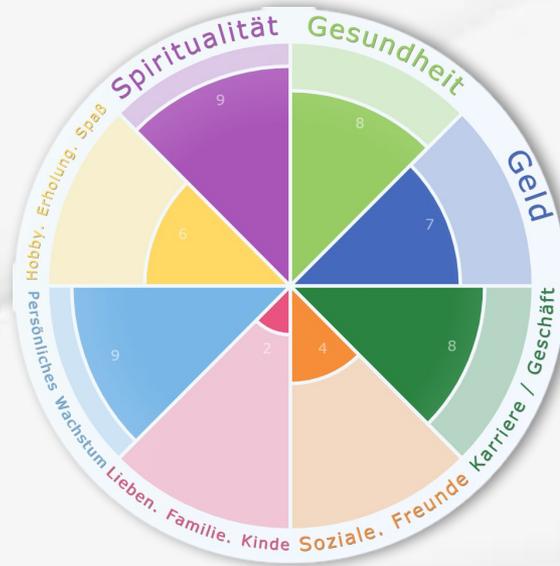
# Lebensrad

An wie vielen  
Lebensbereichen  
arbeitest du bereits?



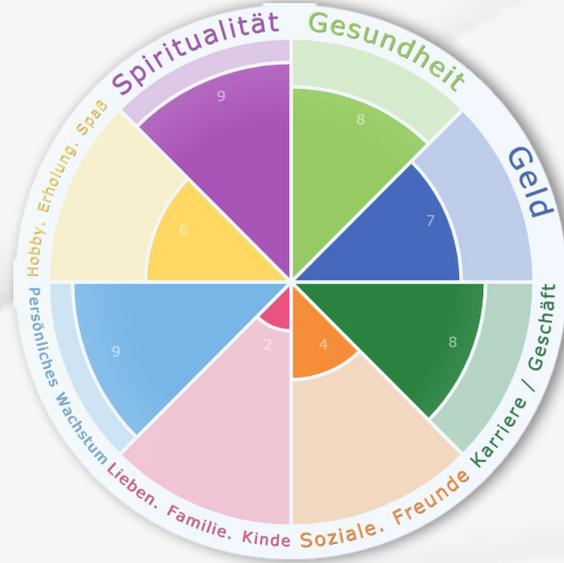
# Welche Lebensbereiche gibt es?

- Spiritualität
- Gesundheit
- Geld
- Karriere / Geschäft
- Soziales Umfeld / Freunde
- Liebe / Familie / Kinder
- Persönliches Wachstum
- Hobby / Erholung / Spaß



# Wie definierst du deine Bereiche?

Was ist für dich eine  
1, 2, ... 10 in jedem Bereich?



# Beispiel: Gesundheit

- Ich fühle mich immer energiegeladen
- Ich war in den letzten 5 Jahren nicht krank
- Ich ernähre mich ausgewogen und gesund
- Ich habe einen guten Schlaf
- Ich mache regelmäßig Sport
- Ich mache regelmäßig Massagen und pflege meinen Körper
- Ich kann 90 Minuten am Stück joggen
- Ich wiege XY kg und fühle mich wohl in meinem Körper
- Ich trinke kein Alkohol und rauche nicht
- Ich habe gesunde Zähne



# Andere Ansicht von Lebensbereichen

- Du als ein Lebensbereich und damit alles, was dich persönlich betrifft
- Liebe, Sex, Zweisamkeit, Eigene Familie gründen
- Gruppen, wie Hobbies, Beruf, Vereine, etc.
- Die Menschheit, also alle Rassen, Nationen, Länder - einfach alle Menschen
- Flora und Fauna (Tier- und Pflanzenwelt)
- Physisches Universum (Materie, Energie, Raum & Zeit)
- Alles geistige, spirituelle
- Unendlichkeit

**Rocket**  
*YourLife*



Ziele setzen  
muss gekonnt  
sein!



Gleich erfährst  
du warum sich  
viele Menschen  
Ziele setzen,  
diese allerdings  
nie erreichen

# Goals & Happiness (Glücklichsein & Ziele)

Man könnte sagen, dass Glücklichsein bedeutet, bekannte Hürden zu meistern, durch welche man auf ein bekanntes und gewünschtes Ziel hinarbeitet.

Menschen, die in die Rente kommen und keinen Grund mehr haben morgens aufzustehen, fangen an zu sterben. Das Ziel "Rente" ist erreicht. Und nun... ?

Wann hast du dich das letzte Mal richtig glücklich gefühlt?

Könnte es sein, dass dies der Fall war, als du dir einen Wunsch, einen Traum erfüllt hast oder ein Ziel erreicht hast?

**Rocket**  
*Your Life*



A photograph of an older man with a long, full white beard and glasses. He is wearing large, bright blue over-ear headphones. He is smiling broadly, showing his teeth. In his right hand, he holds a black smartphone up as if taking a selfie. In his left hand, he makes a peace sign. He is wearing a light-colored, short-sleeved button-down shirt with a small, repeating geometric pattern and dark blue suspenders. The background is a solid, bright teal color. Overlaid on the image is the German text "Wer wäre nicht gern dieser Kerl?" in a large, white, sans-serif font.

Wer wäre nicht gern  
dieser Kerl?



**Worauf** musst  
du beim Ziele  
setzen **achten?**

# Ziele und wichtige Regeln!

1. Das Ziel aufschreiben!
2. Sich Klarheit darüber verschaffen.

**Was** will ich bis **wann** schaffen und **warum**?



**Rocket**  
*YourLife*



# Was will ich bis wann und warum?

01. Das Ziel ganz genau ausformulieren!
02. Woran merke ich, dass ich es erreicht habe?
03. Was ist meine Motivation dahinter?
04. Was ist das Allerbeste daran?
05. Bis wann möchtest du es erreicht haben?
06. Setze deine Ziele realistisch, aber auf keinen Fall zu klein. Begrenze dich nicht!
07. Mach es nicht abhängig von anderen Personen!
08. Überlege, was deine ersten Schritte sind.
09. Setz dir Zwischenziele und feiere sie auch.
10. Achte auf deine Formulierung. Sie soll positiv sein.
11. Formuliere in der Gegenwart.

**Rocket**  
*Your Life*





# Methoden

**Welche Methoden** kannst du **unterstützend nutzen**,  
um täglich dran zu bleiben?

# Methoden

1. Visualisieren
2. Vision Board
3. Meditation
4. Positive Affirmationen



# Saboteure

Wie gehe ich mit den Saboteuren um?

# Saboteure

**Bedeutung:** Saboteure sind alte und einschränkende Glaubenssätze, Ärger, Muster, Mitmenschen die uns runterziehen.

**Wie kriegt man diese los?**

→ In positive Affirmationen umwandeln und die alten Muster brechen.

**Beispiel:**

- **Alter Glaubenssatz: "Ich schaffe es nie!"**
- **Neuer Glaubenssatz: "Ich werde mein Ziel erreichen!"**

**Rocket**  
*Your Life*





# BONUS

**Was dir kaum einer verrät!**

# Was dir kaum einer verrät!

Ziele setzen ist kein Hexenwerk und keine unglaubliche Wissenschaft!

Du musst einfach Ziele setzen - wie ist im Grunde nicht wichtig. Wichtig ist, DASS du sie setzt UND einen Plan zum Erreichen ausarbeitest!

Der Plan sollte in so kleine Teile aufgebröselst werden, dass du direkt loslegen kannst. So etwas wie: *Morgen um 10:00 Uhr Person X kontaktieren und nach einem Interview fragen.*

Was dir sonst keiner verrät: Statistiken sind ein mächtiges Werkzeug! Das ist allerdings ein Thema für sich!

Wenn du hierzu mehr erfahren willst, sprich Lord Karol an!

**Rocket**  
YourLife





Wie geht es  
weiter?

# Jetzt bist **du** dran!

1. Definiere deine Ziele für den nächsten Monat und ein Jahr.
2. Definiere deine Ziele für alle deine Lebensbereiche ([Folie 17](#) + [Folie 20](#)).
3. Beachte dabei alle oben beschriebenen Regeln ([Folien 25-30](#)).
4. Priorisiere deine Ziele.
5. Erstelle zu jedem Ziel einen konkreten ausführbaren Plan.
6. Es ist dein Leben, also fang an, halte durch und arbeite jeden Tag an mindestens einem deiner Ziele!

**Rocket**  
*Your Life*



# Weitere Inhalte von Cashflow Karol

Dieses eBook ist eines von mehreren **kostenlosen Inhalten von Cashflow Karol**. Wenn du weitere kostenlose Inhalte bekommen möchtest, geh auf: <https://cf-k.de> und schau dich um!

- Darin findest du verschiedene kostenlose Inhalte, wie z.B. **Equipment, Tools & Software für YouTube**:  
<https://cf-k.de/youtube-equipment-tools-coaching/> »
- Oder wenn du dich dafür interessierst deine **Finanzen in den Griff zu bekommen**, wäre mein Kurs das Richtige für dich: <https://cf-k.de/in-2-std-finanzen-im-griff/> »
- Wie sieht es mit deinen Steuern aus? Hast du diese bereits komplett optimiert und **sparst 80% deiner Steuern ein**? Wenn nicht, erlebe hier den Steuer-Aha-Effekt:  
<https://cf-k.de/online-steuerkurs-steuer-aha-effekt/> »

**Rocket**  
*Your Life*



# Weitere Inhalte von Cashflow Karol

- Einer der wichtigsten Bereiche in unserem Leben ist unser inneres Warum. Kennst du deines bereits? Oder weißt du was ich damit meine? Schau hier vorbei und finde **dein Warum / Lebenssinn / Passion / Leidenschaft / Berufung**: <https://cf-k.de/finde-dein-warum-lebenssinn-passion-leidenschaft-berufung/> »
- **Finanzielle Freiheit fängt bei Cashflow 101 an!** Hast du schon einmal dieses Finanz-Simulations-Spiel mit Gleichgesinnten gespielt? Wenn nicht, schau hier rein: <https://cf-k.de/cashflow-club-stuttgart-cashflow-101-202/> »

## Werde einer unserer Follower



**Rocket**  
*YourLife*



# IMPRESSUM

© 2020 by Finalligence UG (haftungsbeschränkt)

Cashflow Karol, Marke der

Finalligence UG (haftungsbeschränkt)

Stichlingweg 2, 70378 Stuttgart

Info@cf-k.de



# HAFTUNGSAUSSCHLUSS

Die Firma übernimmt keinerlei Gewähr für die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen auf diesem oder zugehörigen Werken. Haftungsansprüche gegen die Firma, welche sich auf Schäden materieller oder ideeller Art beziehen, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind ausgeschlossen.

Alle Angebote sind freibleibend und unverbindlich. Die Firma behält es sich ausdrücklich vor, Teile der Seiten oder das gesamte Angebot ohne gesonderte Ankündigung zu verändern, zu ergänzen, zu löschen oder die Veröffentlichung zeitweise oder endgültig einzustellen.



# URHEBERRECHT UND VERWERTUNG

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

***ABER*** dieses Dokument bildet eine Ausnahme! Das heißt, die Verbreitung, Übersetzung und Weitergabe an weitere Personen ist ausdrücklich erwünscht! Verteile dieses Dokument also an andere und hilf ihnen dabei ihre persönliche und finanzielle Freiheit zu erreichen!

