



Liebe Coaching-Interessierte,

sind Sie gut in das neue Jahr gekommen? Und haben Sie sich schon persönliche Ziele für 2013 gesetzt? In dieser Aufgabe finden Sie ein paar Tipps, wie Sie Ihre Ziele tatsächlich umsetzen werden. Außerdem bekommen Sie wie immer die Terminvorschau und Link- bzw. Büchertipps.
Ihr persönlicher Karriere-Coach

P.S.: Ein herzliches Willkommen an alle neuen Leserinnen und Leser meines Karriere Newsletters. In jeder neuen Ausgabe finden Sie wertvolle Infos und Handwerkszeug von mir, um sich beruflich weiterzuentwickeln. Gerne können Sie mir auch Ihr Feedback oder Anregungen zusenden.

MEINE ZIELE FÜR 2013: WIE KANN ICH SIE FORMULIEREN UND ERREICHEN? 5 TIPPS ZUM „ZIEL“ ZU KOMMEN:

Das Jahr beginnt für die meisten unter uns mit ernst gemeinten Vorsätzen und Wünschen, wie wir uns anders verhalten sollen als bisher, um bestimmte Ziele zu erreichen. Nur wie schaffen wir das?

1. Wichtig ist, dass Sie Ihre Ziele einmal **schriftlich** formulieren – so haben Sie auch innerhalb eines Jahres die Gelegenheit, diese Ziele zu überprüfen.
2. Diese Formulierungen sollten **positiv** sein -> also besser „hin zu etwas“ als „weg von etwas“
3. Differenzieren Sie Ihre Ziele nach **Kategorien** wie z.B. berufliche Situation, finanzielle Situation, Freundschaften, Gesundheit, Beziehung/Partnerschaft, eigenes Verhalten, Fähigkeiten usw.
4. Beschreiben Sie Ihren momentanen **Zustand** und dann den Zustand, den Sie erreichen möchten
5. Ihr Ziel muss **meßbar** und **erreichbar** sein. Z.B. beim beliebten Thema Sport/Gesundheit formulieren Sie statt „mehr Sport machen“ besser „zwei mal in der Woche Sport machen bis Ende März“

Probieren Sie es aus und nehmen Sie sich schon heute etwas vor. Viel Erfolg dabei!

TERMINVORSCHAU

Schon vormerken für das nächste Jahr: Alle Termine der OVERBECK Joblounge

28. Februar 2013 – München
12. April 2013 – Stuttgart
13. Juni 2013 – München
28.08.2013 – Frankfurt
17. Oktober 2013 - München

Mehr Infos finden Sie hier: www.overbeck-joblounge.de

23./24. April 2013 PERSONAL Süd

Die Personalfachmesse mit interessanten Vorträgen, Podiumsdiskussionen und Präsentationen rund um das Thema Personalarbeit und Trends.

Mehr Infos unter <http://www.personal-messe.de>

LINKTIPPS

Wollen Sie Englisch kostenlos lernen? Mit „One Word a day geht’s“

<http://www.owad.de>

An jedem Werktag erhalten Sie kostenlos per E-Mail ein wichtiges englisches Wort oder eine englische Redewendung, die aus der internationalen Presse ausgewählt wurden. Man kann dann aus drei Beschreibungen das richtige Wort raussuchen. Am Ende eine Woche gibt es eine kleine Aufgabe dazu.

Ich wünsche Ihnen einen tollen Start in das Jahr 2013 und viel Spaß beim Lesen.

Ihr persönlicher Karrierecoach

Coachingraum: Freiraum / MindSYSTEMS | Saarstraße 5, 80797 München
Tel 089/12700496 | Mobil 0171/7229660 | Fax 089/12700497

info@beratung-overbeck.de | www.beratung-overbeck.de

Weitere Profile im Web:



Dieser E-Mail-Newsletter ist ein kostenloses Service-Angebot für Kunden und Interessenten von Astrid Overbeck, Personalberatung, Interimsmanagement & Coaching. Eine Gewähr oder Haftung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Verwendung der zur Verfügung gestellten Informationen wird nicht übernommen. Sie möchten den E-Mail-Newsletter weiterempfehlen? Vielen Dank! Darüber freuen wir uns. Sie möchten den E-Mail-Newsletter auch erhalten? Hier anmelden. info@beratung-overbeck.de Ihre E-Mail -Adresse ändert sich oder Sie wollen den Newsletter nicht erhalten? Bitte Mail an info@beratung-overbeck.de.