

Überprüfe Deinen IST Zustand

Markiere Deine Antworten wie folgt: 1= Ich stimme voll zu; 5= Ich stimme nicht zu

- Mein Ziel ist für mich erstrebenswert, es ist mein Ziel und es ist jede Mühe wert

1 2 3 4 5

- Es ist realistisch, dass ich mein Ziel erreiche

1 2 3 4 5

- Das, was ich für das Erreichen meines Ziels tun muss, ist angemessen

1 2 3 4 5

- Ich besitze die Kompetenz um mein Ziel zu erreichen

1 2 3 4 5

- Ich bin es wert, mein Ziel zu erreichen

1 2 3 4 5

- Ich allein trage die Verantwortung dafür, mein Ziel zu erreichen

1 2 3 4 5