Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

Vertrag mit mir selbst

Vertrag mit mir selbst über meine persönliche und berufliche Entwicklung im Jahr 2017.

Ich vereinbare mit mir selbst,

1. dass ich mich im Jahr 2017 persönlich und beruflich weiter entwickeln will.
2. dass ich meine Kompetenzen in der Praxis wirksam einsetzen werde,
3. dass ich meine Kompetenzen weiter festigen werde.
4. dass ich meine persönlichen Ziele erreiche.

Meine persönlichen Ziele für das Jahr 2017 sind:

Für das Jahr 2017 vereinbare ich deshalb heute Maßnahmen, die auf den folgenden Seiten beschrieben sind.

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

Für das Jahr 2017 vereinbare ich heute mit mir selbst folgende Maßnahmen:

1. Ich werde folgende Personen informieren:

Person	Inhalt und Art und Weise der Information	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

2. Ich werde meine Erfahrungen und Kompetenzen in mein persönliches, berufliches und privates Umfeld integrieren:

Veränderung: (Was ich anders tun werde)	Art und Weise der Veränderung: (Womit? Mit wem?)	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

3. Integration meiner Erfahrungen, Kompetenzen und Ziele in die Art und Weise meiner Selbstorganisation

Veränderung: Neue Regel: Neue Spielregel:	…zu vereinbaren mit:	…bis zum	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

4. Integration in die Art und Weise meiner Selbstorganisation durch Abschied und Schlussstriche.

Ich werde aufhören mit: Ich beende: Ich trenne mich von:	Art und Weise, wie und wodurch das geschieht:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

5. Integration in die Art und Weise meiner Selbstorganisation durch Verstärkungen.

Ich verstärke: Ich baue (mehr) aus: Ich sichere (mehr) für mich:	Art und Weise, wie und wodurch das geschieht:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

6. Integration von Neuem in die Selbstorganisation.

Ich werde erstmals: Ich werde (wieder einmal):	Art und Weise, wie und wodurch das geschieht:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

7. Beziehungen gestalten.

Ich werde über meine und die gemeinsame Zukunft sprechen mit:	Ziel des Gespräches:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

8. Integration meiner Erfahrungen, Kompetenzen und Ziele in mein derzeitiges berufliches Umfeld.

Maßnahme: (Was ich tun werde:)	Partner, Hilfsmittel, Methode:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

9. Offizielle, formelle und verbindliche Gespräche mit Schlüsselpersonen für mich und meinen Beruf.

Ich werde über meine weitere betriebliche oder berufliche Zukunft sprechen mit:	Ziel des Gespräches:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

10. Integration in meine berufliche Entwicklung durch Aufhören, beenden oder trennen.

Ich werde aufhören mit: Ich beende: Ich trenne mich von:	Art und Weise, wie und wodurch das geschieht:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

11. Integration meiner Erfahrungen, Kompetenzen und Ziele in meine berufliche Entwicklung.

Ich verstärke: Ich baue (mehr) aus: Ich sichere (mehr) für mich:	Art und Weise, wie und wodurch das geschieht:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

12. Ich werde in meinem Beruf erstmals oder wieder tun:

Ich werde erstmals: Ich werde (wieder einmal tun): Ich bewerbe mich (um, für):	Art und Weise, wie und wodurch das geschieht:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

13. Ich werde meine Beziehungen verbessern, ausbauen und neue Beziehungen aufbauen.

Ich werde Gespräche führen mit:	Inhalte des Gespräches:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

14. Prioritäten setzen.

Maßnahme: (Was ich auf jeden Fall tun werde:)	Partner, Hilfsmittel, Methode:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

15. Ich werde die Einhaltung der Vereinbarungen mit mir selbst überprüfen.

Maßnahme: (Wie ich prüfen werde:)	Was ich prüfen, feststellen werde:	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

16. Ich werde die Art und Weise, wie ich die Vereinbarungen mit mir selbst erfüllt habe und die jeweils erreichten Zwischenergebnisse und Endergebnisse jeweils besprechen mit:

Ich werde mich besprechen mit:)	Ziele, Inhalte und Schwerpunkte der Gespräche::	Termin	Erledigt?	Hinweise

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

17. Vereinbarung mit mir selbst.

Heute vereinbart mit mir selbst:

…… ……..
(Datum) (Unterschrift, Vor- und Zuname)

Anmerkungen, Notizen:

Vertrag mit mir selbst für das Jahr ……:

Anerkennung und Vergütung für den Autor Heinrich Keßler:

Überweisen Sie den Betrag, der Ihnen das Dokument und die Informationen wert sind, mehr dazu:
https://www.stamm.2000ff.de/contact/Kontakt-Anerkennung.html .