

Hier erhältst Du eine kurze Einführung in die Nutzung Deines digitalen Chancen-Planers.

Diese Version ist dafür optimiert, dass Du sie bequem auf Deinem Tablet oder Smartphone öffnen und bearbeiten kannst. Inhaltlich gleicht diese Version der gebundenen Ausgabe und Du wirst, falls Du bereits mit dem Chancen-Planer gearbeitet hast, alle Inhalte hier wiederfinden.

Die einzelnen Kapitel, Übersichten und Kalendermonate sind dabei in verlinkten Registerkarten angeordnet, sodass Du schnell von einem Kapitel ins nächste springen kannst. Hier findest Du den Aufbau der typischen Wochen-Seite.

Vergrößere oder verkleinere die Ansicht per Zoom, um bequem in die jeweiligen Felder zu schreiben.

Hier geht's zur vorherigen Seite ...

Klicke auf die jeweilige Registerkarte, um direkt zu einem der Kapitel zu springen.

Jahresübersicht & Monatsplanung:

Hier findest Du einen Jahreskalender & eine Monatsübersicht aufgeteilt in die zwei Halbjahre. Du kannst hier Deine Urlaubsplanung notieren und Dir wichtige Notizen machen. Wenn Du wieder auf eine bestimmte Woche springen willst, klicke einfach wieder auf das entsprechende Datum oder nutze die Register-

entsprechende Datum oder nutze die Registerkarten rechts , um zum gewünschten Monat zu gelangen.

Zielplanung & Jahresplanung:

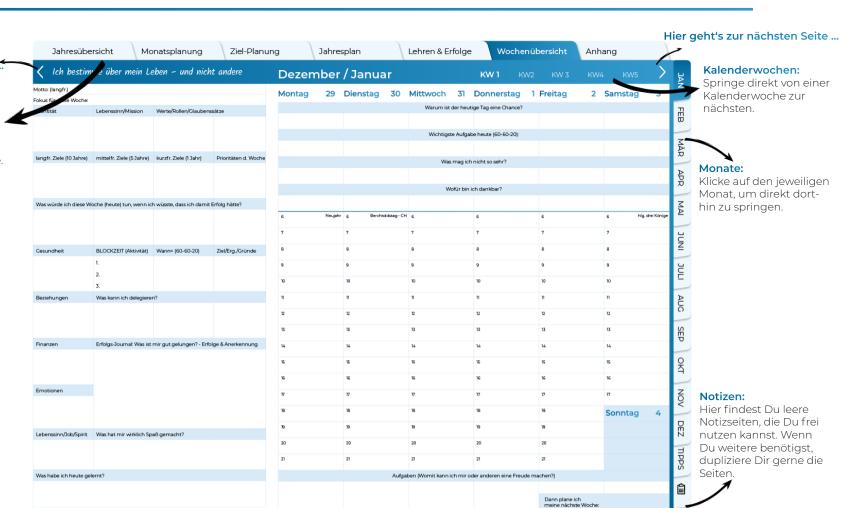
Klicke auf eine der beiden Registerkarten, um auf die Ziel- oder Jahresplanung zu gelangen. Von hier aus kannst Du zwischen den einzelnen Bereichen wechseln oder auf die nächste Seite springen.

Lehren & Erfolge:

Notiere hier Deine wichtigsten Erkenntnisse und Erfolge aus der Vergangenheit und dem aktuellen Jahr.

Anhang:

Hier findest Du weitere wichtige Tipps und Anregungen von Bodo Schäfer.



Chancen-Planer

2026

Liebe Freundin, lieber Freund,

meinen Glückwunsch, dass Du Dich für den Chancen-Planer entschieden hast.

Der Chancen-Planer ist meines Erachtens das wichtigste Instrument, das wir habe, um unser Leben zu designen und Meister über unser Leben zu sein.

Denn, entweder bist Du selber Meister und Designer Deines Lebens oder Andere sind es für Dich.

Wenn wir uns scheuen zu planen und zu konzipieren, dann werden das Andere für uns übernehmen. Du bist dann nur noch eine Spielfigur in Deinem eigenen Leben und wirst nicht das hineinbringen können, was Dir wirklich wichtig ist.

Der Chancen-Planer ist dabei nichts anderes als ein Diener, der Dir dabei Hilft Designer Deines eigenen Lebens zu sein.



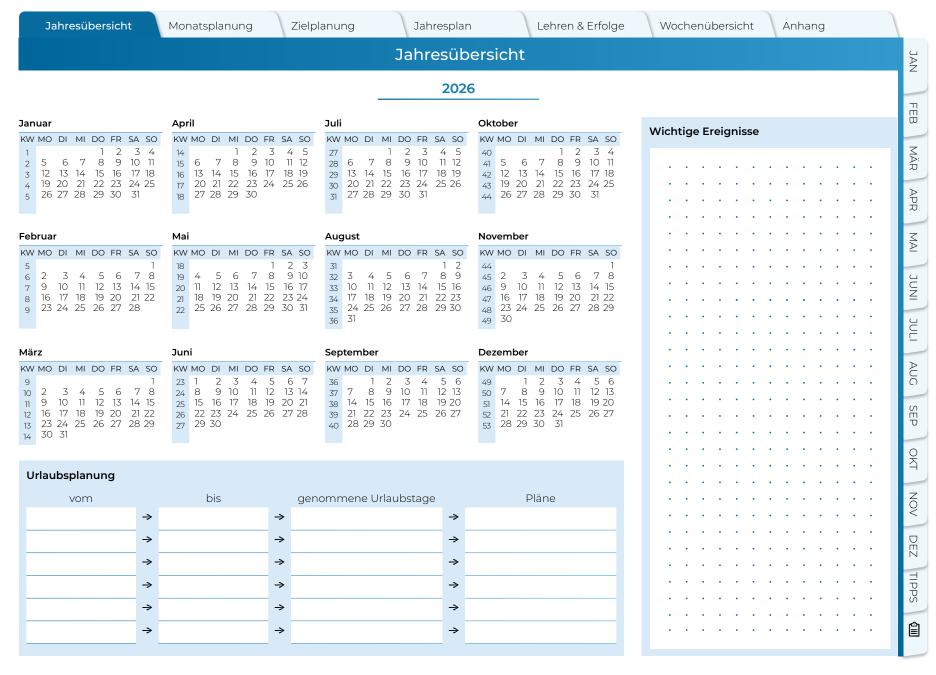
findest Du Tipps, wie Du Deine Tage und Wochen optimal planst.

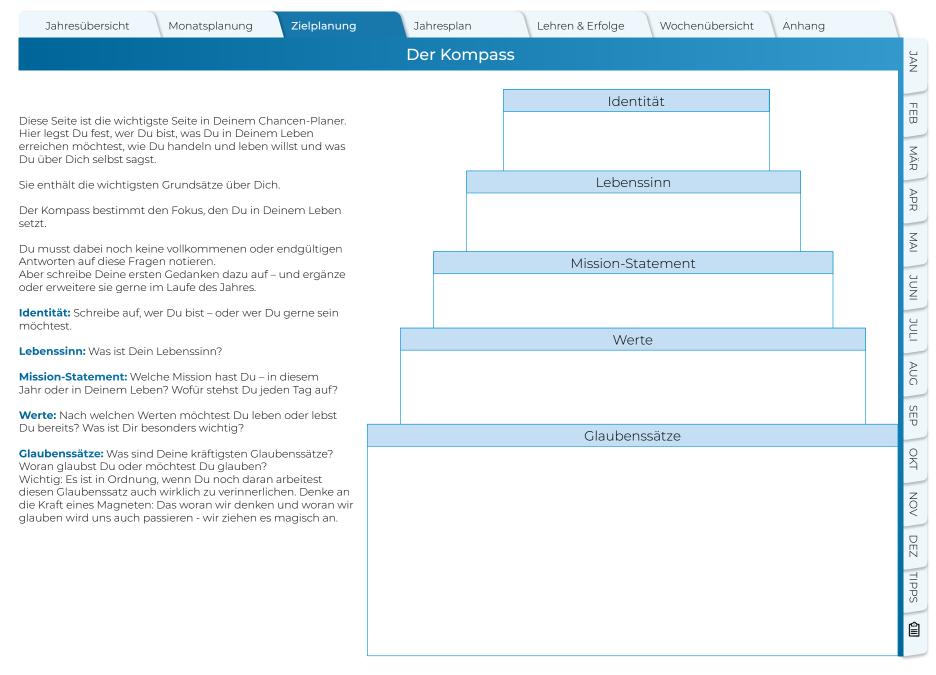
"Ich bestimme über mein Leben und nicht andere." - Erinnere Dich jeden Tag wieder an diesen Satz. -

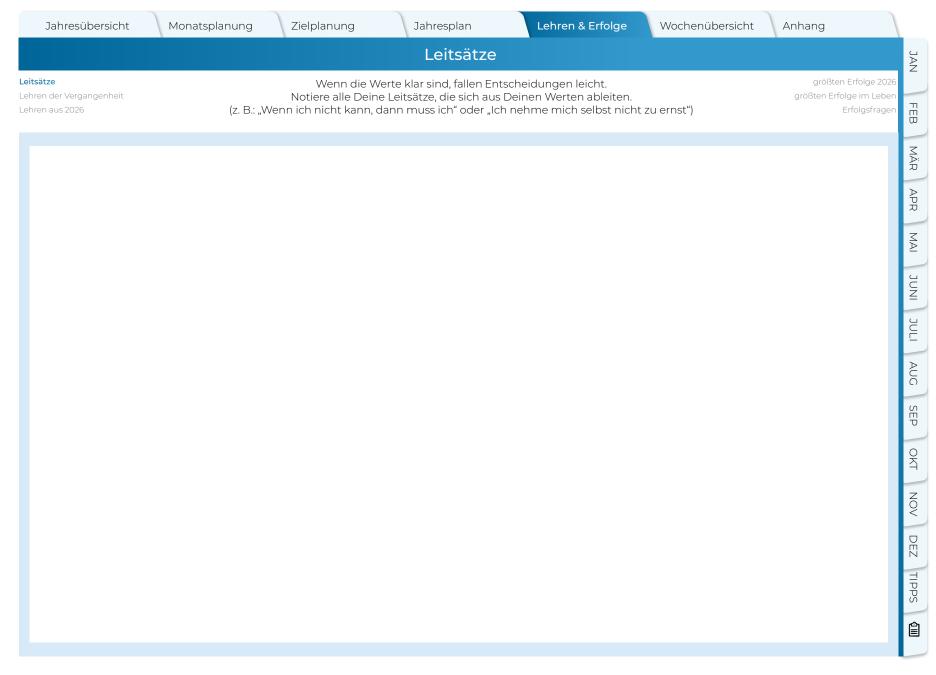




	Meine BIG-FIVE Ziele 2026
1	
2	
3	
4	
5	
	Meine 5 größten Erfolge 2026
1	
2	
3	
4	
5	







Jahresübe	rsicht Mc	onatsplanung	Zielplanur	ng J	ahresp	olan		Lehren & Erf	folge	Wochen	übersicht	Anh	ang		
Ich bestim	me über mein Le	eben – und nich	nt andere	Dezeml	oer/	['] Janua	r			KW1 KW	2 KW 3				JAN
Motto: (langfr.)				Montag	29 [Dienstag	30	Mittwoch	31	Donnerstag	1 Freitag	2	Samstag	3	Z
Fokus für diese Woche:				3						ge Tag eine Chance?					
Identität	Lebenssinn/Mission	Werte/Rollen/Glauben:	ssätze							3					FEB
								Wichtigsto	Aufaab	e heute (60-60-20):					-
								vvicitigate	Auigab	e fiedte (60-60-20).					MÄR R
langfr. Ziele (10 Jahre)	mittelfr. Ziele (5 Jahre)	kurzfr. Ziele (1 Jahr)	Prioritäten d. Woche												N N
3 (, ,								Wası	mag ich	nicht so sehr?					\ \ \
															APR
								Wo	für bin id	h dankbar?					
Was würde ich diese W	oche (heute) tun, wenn ic	h wüsste, dass ich damit	: Erfolg hätte?												M ≥
				6	Neujahr	6 Berchtol	dstag - CH	6		6	6		6 hlg.	drei Könige	₽
				7		7		7		7	7		7		U
				_				_		-	_		_		N N N
Gesundheit	BLOCKZEIT (Aktivität)	Wann= (60-60-20)	Ziel/Erg./Gründe	8	·	8		8		8	8		8		_
	1.			9	!	9		9		9	9		9		JULI
	2. 3.			10		10		10		10	10		10		
Beziehungen	Was kann ich delegiere	53		n		11		n		n	11		11		\ \ \
Bezieriungen	was kariiri icri delegiere	1119		"											AUG
				12		12		12		12	12		12		
				13		13		13		13	13		13		SEP
Finanzen	Erfolgs-Journal: Was ist	mir gut gelungen? - Erfo	olge & Anerkennung	14		14		14		14	14		14		ס
				15		15		15		15	15		15		오
				16		16		16		16	16		16		_
Emotionen				17		17		17		17	17		17		NOV
				18		18		18		18	18			,	\leq
													Sonntag	4	
Lebenssinn/Job/Spirit	Was hat mir wirklich Sp	aß gemacht?		19		19		19		19	19				DEZ
		<i>3</i>		20		20		20		20	20				
				21		21		21		21	21				TIPPS
					,										PS
Was habe ich heute gel	ernt?						Aufgab	en (Womit kann ic	h mir od	er anderen eine Freude	machen?)				•
											Dann plane meine nächs				

Jahresübe	rsicht Mc	natsplanung	Zielplanur	ng :	Jahresplan	Lehren & E	Erfolge Woo	henübersicht	Anhang			
Ich bestim	me über mein Le	eben – und nich	nt andere	Januar			KW1	KW 2 KW 3			JAN	
Motto: (langfr.)				Montag	5 Dienstag	6 Mittwoch	7 Donnersta	ng 8 Freitag	9 Samstag	10	Z	
Fokus für diese Woche:	Lebenssinn/Mission	Werte/Rollen/Glauben				Warum is	st der heutige Tag eine Chan	ice?			П	
identitat	Lebenssimiyivission	werte/Rollerl/Glaubert	ssatze								FEB	
						Wichtig	ste Aufgabe heute (60-60-20	0):			_	
											MÄ R	
langfr. Ziele (10 Jahre)	mittelfr. Ziele (5 Jahre)	kurzfr. Ziele (1 Jahr)	Prioritäten d. Woche			Wa	as mag ich nicht so sehr?				R	
											APR	
						,	Wofür bin ich dankbar?				ŭ	
Was würde ich diese W	Was würde ich diese Woche (heute) tun, wenn ich wüsste, dass ich damit Erfolg hätte?											
was warde ien diese w	oene (neute) tun, wenne	iii wasac, aasa icii aariiic	. Errorg ridete:	6	6	6	6	6	6		<u> </u>	
				7	7	7	7	7	7			
				7	7	7	7	7	7		N N N	
Gesundheit	BLOCKZEIT (Aktivität)	Wann= (60-60-20)	Ziel/Erg./Gründe	8	8	8	8	8	8		≦	
	1.			9	9	9	9	9	9		JULI	
	2.			10	10	10	10	10	10			
Beziehungen	Was kann ich delegierer	n?		11	n	n	n	n	n		. D	
Beziendingen	vvas kariir ierr delegiere										AUG	
				12	12	12	12	12	12			
				13	13	13	13	13	13		SEP	
Finanzen	Erfolgs-Journal: Was ist	mir gut gelungen? - Erfo	olge & Anerkennung	14	14	14	14	14	14			
				15	15	15	15	15	15		OK1	
				16	16	16	16	16	16		_	
Emotionen											7	
Emotionen				17	17	17	17	17	17		VOV	
				18	18	18	18	18	Sonntag	11	_	
				19	19	19	19	19			DEZ	
Lebenssinn/Job/Spirit	Was hat mir wirklich Sp	aß gemacht?		20	20	20	20	20			Z	
											TIPPS	
				21	21	21	21	21			PS	
Was habe ich heute gel	ernt?					Aufgaben (Womit kann	n ich mir oder anderen eine f	Freude machen?)				
								Dann plane i meine nächs	ch te Woche:			

Tipps von Bodo Schäfer

Ideen-JournalKernsätzeProjekteTraumalbumFinanzplanungTippsNotizenWochen- & Tagesplanungfinanzielle FreiheitProblemlösungUmgang mit AngstUmgang mit Stress24 goldene Regeln

So planst Du den Tag

- Schaue zurück auf den vorangegangenen Tag schaue auf den Kompass – überfliege Deine Chancenseite.
- » Beantworte die Fragen für den Tag oben auf Deine Planseite.
- » Notiere die Aktivitäten.
- » Setze Prioritäten.
- » Setze nun die einzelnen Aufgaben in Deinen Tagesplan ein. (Die großen Steine – B-Aktivitäten – zuerst, wenn Du die Woche planst. Wenn Du den Tag planst, setze Dir die A-Aktivitäten zuerst in die noch freien Räume.)
- » Terminiere den Anfang und das Ende Deiner Termine.
- » Werte aus.

Wie Du die Woche planst

- » Lege die großen Steine zuerst hinein.
- » Wenn Du die Woche planst, sind die großen Steine Quadrat-B-Aktivitäten, die Du zuerst einplanst.
- Einige Aktivitäten kannst Du nicht terminieren.
- » Ist es wirklich wichtig?
- » Lass Dir immer Zeit für Flexibilität.
- Plane und terminiere Pausen.
- Nimm Dir Zeit für das Unerwartete.

Checkliste für die Auswertung bzw. Reflexion der Woche

- Notiere immer als Erstes den Termin, an dem Du die nächste Woche planen willst.
- » Welche Ziele habe ich erreicht?
- » Welchen Herausforderungen bin ich begegnet?
- » Wie habe ich diese Herausforderungen gemeistert?
- » Statistiken: Habe ich die Ziele in meinen fünf Lebensbereichen erfüllt?
- » Habe ich in den Momenten der Entscheidung meine Zeit besser genutzt, als ich es geplant hatte?
- » Welche Ziele habe ich nicht erreicht warum?
- » Welche nicht erreichten Ziele sollte ich auf die nächste Woche übertragen?
- » Habe ich agiert oder reagiert?
- » Was habe ich gelernt?
- » Wie war es mit meinem K.L.U.W. (Konstant Lernen Und Wachsen)?
- » Was habe ich zum letzten Mal selbst getan?
- » Was habe ich von der letzten Woche als Ganzes gelernt?
- » Bin ich meinem Lebenssinn gefolgt?
- » Habe ich mich als Experte positioniert bzw. habe ich an meiner Positionierungsstrategie gearbeitet?



	•		•	•	٠	•	•	•	•	•	٠	•
٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	•
٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠
٠	٠	•	•	•	٠	•	•	٠	٠	•	٠	•
٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	•
٠	٠	•	•	•	٠	•	•	٠	•	•	٠	•
٠	٠	٠	•	•	٠	٠	•	•	٠	٠	٠	•
٠	٠	•	•	•	٠	•	•	٠	٠	•	٠	•
٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	•	٠	•
	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•



JAN

MÄR

R APR

Ď

=

AUG

SEP

VOV

TIPPS



