

# Rückwärtsanalyse



## SchreibCenter am Sprachenzentrum

- ✓ konkrete Handlungsschritte in der Gegenwart werden festgelegt, um ein Ziel zu erreichen
- ✓ geeignet bei unübersichtlichen Aufgabenstellungen oder Projekten
- ✓ schafft Ordnung und Struktur im Denken

### Vorgehen

HEUTE / JETZT	HALBZEIT	ZIELZEITPUNKT
...	...	...
...	...	...
...	...	...

#### Beginn mit rechter Spalte, Zielzeitpunkt:

- „Was genau ist dann?“
- „Welche Details sind erfüllt?“
- ...

#### Mittelspalte, Halbzeit:

- „Was muss bis zur Halbzeit erfüllt sein, damit Sie Ihr Ziel zum Zielzeitpunkt erreicht haben?“
- „Welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein?“
- ...

#### Erste Spalte, Heute:

- „Was können Sie heute schon tun, damit bis zur Halbzeit xyz erfüllt ist?“
- „Welche Maßnahmen ergreifen Sie jetzt schon?“
- auch: „Was haben Sie schon heute erreicht / getan im Hinblick auf Ihr Ziel?“
- ...

Orientiert an:

Reader zur berufsbegleitenden Intensivausbildung zum Coach im August 2018. Institut für Angewandte Psychologie in Köln, Prof. Dr. Manuel Tusch, S. 47f.

de Bono, Edward (2002): De Bonos neue Denkschule: kreativer, effektiver arbeiten, mehr erreichen. München: mvg.