

Reflexion

REFLEKTIEREN, VERARBEITEN, KLARHEIT
SCHAFFEN UND NEU STARTEN



Was war 2020 Besonders?



Welche Ziele habe ich erreicht?



Was ist mir im vergangenen Jahr Positives passiert? (Welchen Einfluss hatte ich auf diese Dinge?)



Welche schönen Momente habe ich erlebt 2020?



Welche Ereignisse haben mich 2020 geprägt?



Was ist mir im vergangenen Jahr Negatives passiert? (Welchen Einfluss hatte ich auf diese Dinge?)



Was lernte ich im Jahr 2020?



Für welche Personen bin ich 2020 dankbar?



Was habe ich 2020 hinter mir gelassen?

Vorschau

DER BLICK IN DIE ZUKUNFT VISUALISIEREN & GESTALTEN



Welche Ziele habe ich 2021?



Was soll sich 2021 verändern?



Welche alten Muster möchte ich hinter mir lassen?



Was möchte ich 2021 erleben?



Mit welchen Menschen möchte ich Zeit verbringen?



Was möchte ich im neuen Jahr lernen?



Was kann ich tun um meine Ziele zu erreichen?



Wer kann mir bei meiner Zielerreichung helfen?

