

Reflexion an Tag 21: Deine Fortschritte benennen

Fragen zur Selbstreflexion

- Was hat sich in meinem Alltag **verändert**?

- Welche Techniken **helfen mir** am meisten?

- Was möchte ich weiter in mir stärken oder **beibehalten**?

- Wenn ich an meine Visualisierung denke: Welche **Bilder oder Gefühle** zu meinem zukünftigen, kraftvollen Ich sind mir in Erinnerung geblieben?

- Was kann ich aus meiner Zukunftsvision **schon jetzt mehr** in meinen Alltag einfließen lassen?

Dein-Erfolg

Du bist nicht mehr da, wo du vor drei Wochen warst.

Das ist kein Zufall – das hast du dir selbst erarbeitet.

