

9 TO 5 GEIL

BERUFLICHE ERFÜLLUNG & DIE NEUE ARBEITSWELT

NEW
YEAR



GOAL



PLAN

ACTION

10 FRAGEN



UM DAS
VERGANGENE
JAHR ZU
REFLEKTIEREN



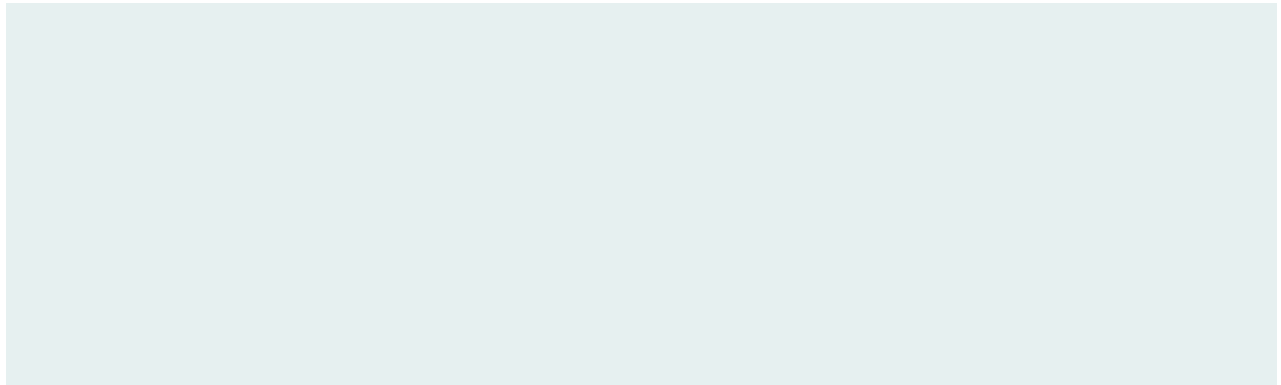
BERUFLICHE ERFÜLLUNG & DIE NEUE ARBEITSWELT

Welche **Ziele**, die ich mir für 2021 gesteckt habe, habe ich erreicht?
Welche habe ich nicht erreicht, und warum?

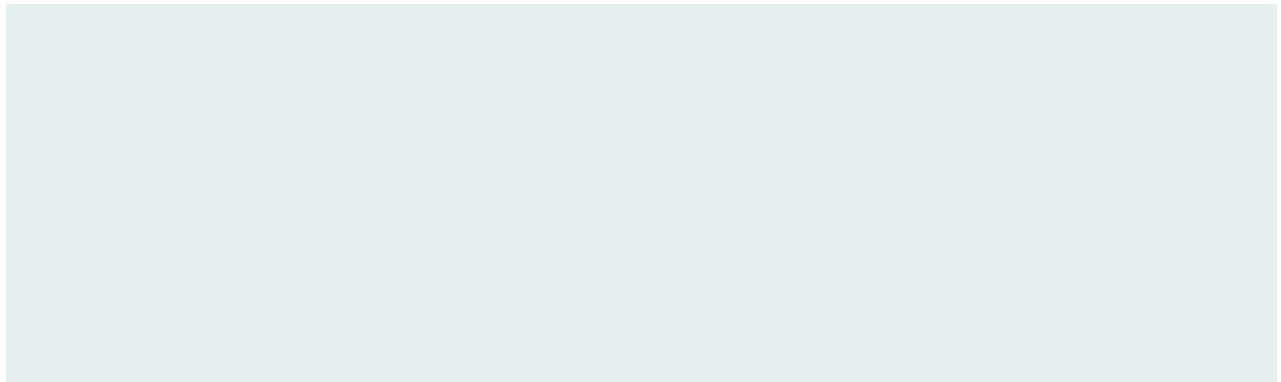
Welche **Rückschlüsse** ziehe ich für das kommende Jahr daraus?
Welche **Gewohnheiten** darf ich ändern, welche **Fähigkeiten** müssen erst noch erlernt werden, um gesteckte Ziele zu erreichen?

Was ist mir 2021 **POSITIVES** passiert? Was kann ich tun, um noch mehr davon in mein Leben zu ziehen?

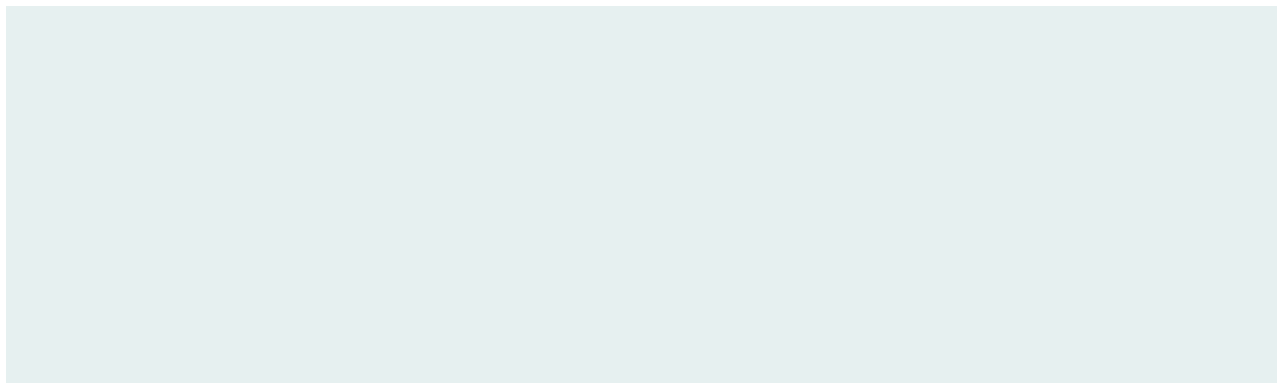
Welche **Gelegenheiten und Chancen**, die sich 2021 ergeben haben, habe ich **genutzt**? Was habe ich dafür getan, dass es diese Chancen gab?



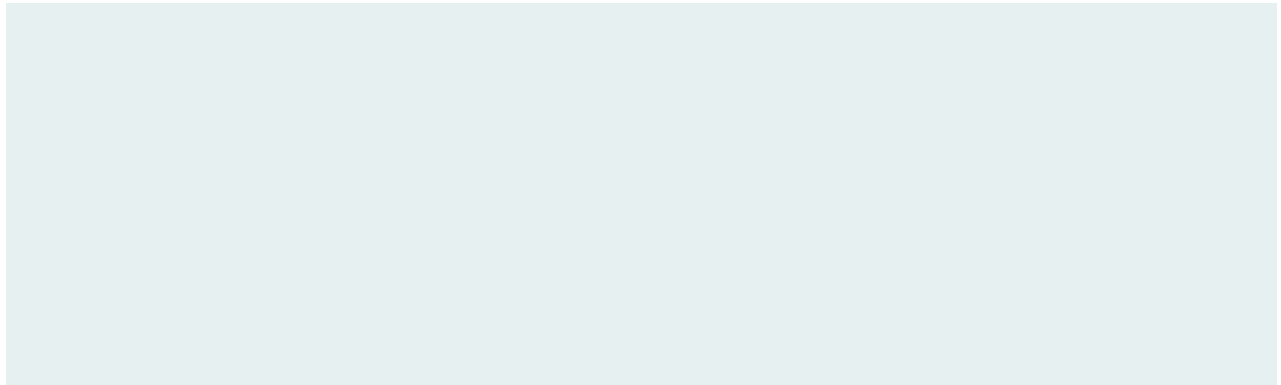
Was sind meine **Low Lights** in 2021? Was ist mir **Negatives** passiert? Welchen Anteil hatte ich an dem Geschehenen? Gibt es etwas, das ich tun kann, dass mir sowas künftig nicht mehr passiert?



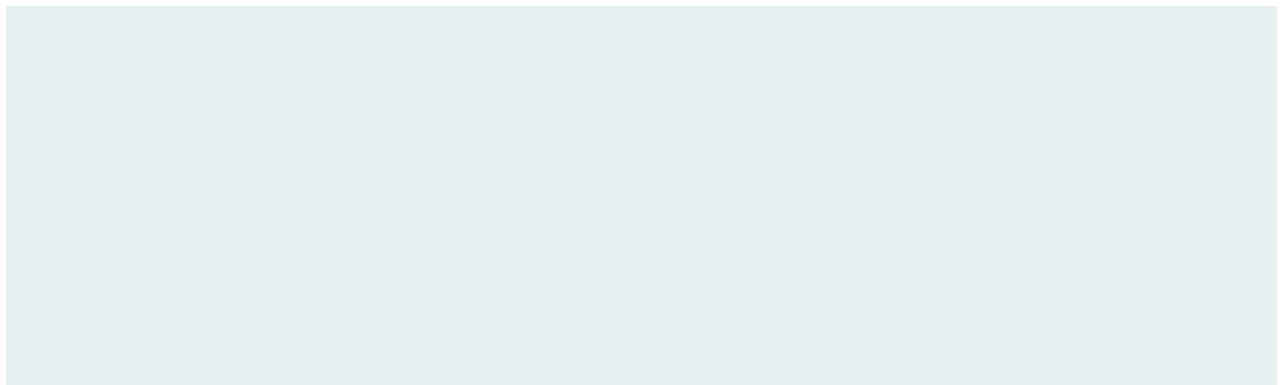
Welche **Gelegenheiten und Chancen**, die sich 2021 ergeben haben, habe ich **versäumt oder bewusst verstreichen** lassen? Wieso? Was kann ich 2022 tun, um solche Chancen nicht mehr zu verpassen?



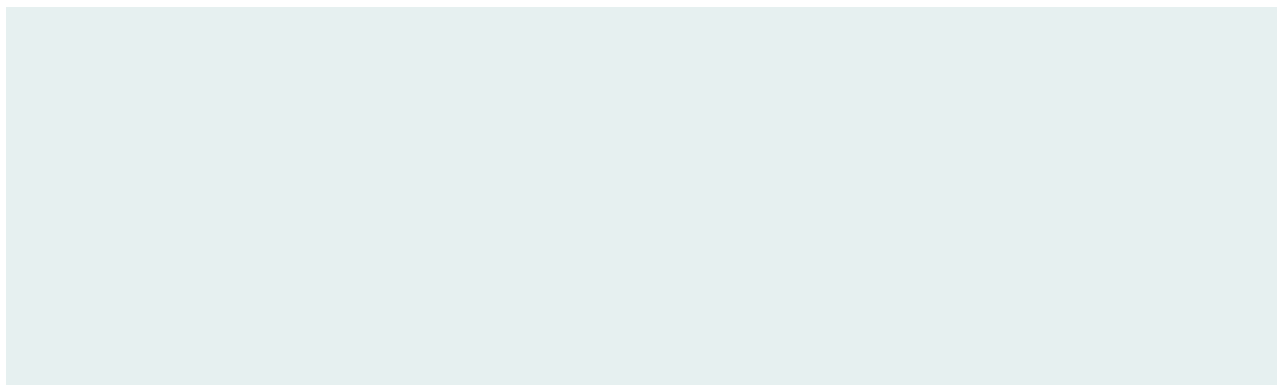
Welche **Aufgaben / Verpflichtungen** haben mich 2021 besonders viel Zeit gekostet und mir evtl. den Fokus auf die wichtigen Dinge genommen? Wie kann ich diese Verpflichtungen 2022 minimieren?



In welchen Situationen in 2021 habe ich **JA** gesagt, obwohl ich **NEIN** gemeint / gefühlt habe und somit gegen meinen eigentlichen Willen gehandelt? Was kann ich tun, um 2022 mehr nach mir selbst zu handeln?



Welche **Menschen** haben in 2021 mein **Leben bereichert** und mich glücklich gemacht? Was kann ich tun, um in 2022 mehr Zeit mit diesen Menschen zu verbringen und gleichzeitig mehr solcher Menschen in mein Leben zu ziehen?



Es ist der **31.12.2022**- ein weiteres Jahr ist vergangen:

Wie möchtest du dich **fühlen**? Was möchtest du in den vergangenen **365 Tagen erreicht haben**?

Tipp:

Hänge dir das Geschriebene an einem gut sichtbaren Platz auf und lies es dir immer wieder durch - so kannst du dir das tolle Gefühl immer und immer wieder aktivieren!

