

Wochenrückblick - Checkliste für mein Vorankommen und meine Haltung

- Wann/Wie bin ich diese Woche meinen persönlichen (Berufs-)Zielen nähergekommen?
- Wann/Wie konnte ich diese Woche meine Ressourcen im „Ich“-Bereich stärken?
- Wann/Wie konnte ich diese Woche meine Familie, meinen Freundeskreis, mein soziales Netz stärken?
- Wann/Wie konnte ich diese Woche mein Motto leben?
- Welche größeren Zyklen oder Teilzyklen konnte ich diese Woche abschließen?
- Welche neuen Zyklen habe ich eröffnet?
- Wo ist es mir gelungen, etwas Unwesentliches nicht zu tun?
- Wo ist es mir gelungen, energetisch „3 Schritte“ voranzugehen?
- Was war diese Woche der Höhepunkt meiner Energie? – Was war ausschlaggebend dafür?
- Was war der Tiefpunkt meiner Energie? – Was war ausschlaggebend dafür?
- Bei welchen KollegInnen konnte ich Stärken stärken? – Welche?
- Wie habe ich meine Fähigkeiten erweitert?
- Wann habe ich diese Woche mein Jahresziel visualisiert?
- Wann/Wo habe ich innerlich ausdrücklich „willkommen“ gesagt?