



Kinesiologie Ernährung Lebensglück

## Mein persönlicher Jahresrückblick:

Januar:

Februar:

März:

April:

Juni:

Juli:

August:

September:



*Oktober:*

*November:*

*Dezember:*

*Versuche bitte für jedem Monat etwas aufzuschreiben. Du kannst auch mit Dezember oder November anfangen, wenn Dir das leichter fällt! 😊*

*Hier noch ein paar Fragen...*

*Wie war mein Jahr 2017? Kurz in meinen Worten...*

*Was habe ich alles gemeistert?*

*Was waren dieses Jahr meine bewegendsten Momente?*

*Was ist wichtiges passiert?*

*Was habe ich wichtiges über mich und das Leben gelernt?*



*Worauf bin ich stolz?*

*Welche Ziele habe ich erfüllt?*

*Was lief 2017 nicht so optimal und was hat in 2018 noch Luft nach oben?*

*Gibt es ein besonderes Erfolgsmoment oder Erfolgsmomente?*

*Wofür bin ich 2017 dankbar?*

*Was möchte ich in 2017 lassen?*

*Was möchte ich von 2017 mit ins neue Jahr 2018 mitnehmen?*

**Wir haben meist viel mehr Erfolge zu feiern als wir denken!  
Nimm Dich an, Du bist ein toller Mensch **JETZT!****