

Reflektion

WAS KANN ICH VERBESSERN?

TOP 5 (TEIL-)ZIELE, DIE ICH BEREITS ERREICHT HABE

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

ICH BIN DANKBAR FÜR:

SO ZUFRIEDEN BIN ICH MIT MIR SELBST:

Produktivität ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zeitmanagement ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Fokus ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Pausen ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WIE WILL ICH MICH FÜR DAS ERREICHEN MEINES NÄCHSTEN (TEIL-)ZIELS BELOHNEN?

NOTIZEN