



# Mein Jahresausblick

**Was nehme ich aus dem alten Jahr mit ins neue Jahr? Würde ich gerne weitermachen oder mehr machen? Wozu möchte ich häufiger „Ja“, und wozu öfter „Nein“ sagen?**

**Was ist mir wichtig und wertvoll? Habe ich den Dingen im vergangenen Jahr die entsprechende Priorität gegeben? Wenn nicht, wie kann ich das ändern?**



**Mit welchen Menschen möchte ich gerne mehr Zeit verbringen?**



**Meine Ziele: Wie erfüllt bin ich in den wichtigsten Lebensbereichen? Wo gibt es noch Wachstumspotential? Was möchte ich in diesen Bereichen im neuen Jahr erreichen, erleben, erfahren oder erlernen?**

Persönliche Entwicklung: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Fitness & Gesundheit: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Geld & Finanzen: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Berufliche Erfüllung \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Liebe & Partnerschaft: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Familie & Freunde: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Freizeit & Hobby: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Gesellschaftliches Engagement: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

---

Wohnort: \_\_\_\_\_

---

---

Kreativität: \_\_\_\_\_

---

---

**Welchen dieser Bereiche möchte ich im neuen Jahr mehr Aufmerksamkeit schenken?**

**Welche drei Dinge würden das neue Jahr für mich vollkommen machen?  
Was kann ich dafür tun? Was sind die nächsten Schritte?**

1.

2.

3.