

# Mein Fokus 2018

Wie war mein letztes Jahr?

Was lief in letzter Zeit nicht so gut in meinem Leben? Was fehlt mir? Wovon hätte ich gerne mehr/ weniger?

Was bewundere ich an anderen Menschen?

Welche Eigenschaften könnten mich voranbringen/ mir helfen?

mein perfektes Leben:

Was brauche ich dafür noch?

Das ist mir wichtig:

Mein Fokuswort für 2018 lautet:

Darum habe ich dieses Fokuswort gewählt:



Was bedeutet dieser Fokus für mich?

Mental:

Körperlich:

Lebensgestaltung und Umgang mit anderen:

Was kann ich dafür tun? Welche Gewohnheiten sind hilfreich? Was bringt mich voran?

Welche Gewohnheiten hindern mich?

Dinge, die ich 2018 machen will:

Das will ich nicht vergessen:

