mbh managementberatung
björn harder

Mein Jahresrückblick

1. Wie zufrieden bin ich mit mir nach diesem Jahr?

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩

unzufrieden Sehr zufrieden

2. Was hat mich in diesem Jahr Energie gekostet/belastet/gestört?

3. Was davon hätte ich vermeiden/mildern/weniger wirken lassen können?

4. Was hat mich in diesem Jahr motiviert/vorangebracht/gefördert/stolz gemacht?

**5. Was davon hätte ich noch mehr nutzen/feiern können?
Was will ich auch weiter nutzen?**

6. Was sind die Veränderungen an mir, die mir aufgefallen sind?

7. Was haben mir andere gesagt, was sich an mir verändert hat?

8. Was davon passt zu mir? Was soll so bleiben?

9. Was war mein bestes Erlebnis in diesem Jahr?

10. Mit welcher Grundeinstellung gehe ich ins nächste Jahr? Warum?

① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩

pessimistisch optimistisch

© mbh 2020

mbh managementberatung
björn harder

Mein Jahresrückblick

Was mir noch wichtig für meinen Rückblick ist…

© mbh 2020