

Adventskalender 2024

Mein Weg zu mir



Jeder Impuls ist eine Frage, die nur du für dich
beantworten kannst.

24. Fragen auf meinem Weg zu mir



1. In welchem Umfeld fühle ich mich am wohlsten?
2. Was hilft mir zu entspannen? Was tue ich für mich und mein Wohlbefinden?
3. Ich möchte mich verabschieden von ...
4. Welche Eigenschaften schätze ich an mir? Welche Eigenschaften schätzen andere an mir?
5. Was ist meine größte Stärke und wie könnte ich sie (noch besser) für mich und andere einsetzen?
6. Was ist meine größte Sehnsucht?
7. Welche Tätigkeiten schenken mir Energie, statt sie zu nehmen?
8. Stell dir vor, es klingelt an deiner Haustür, du öffnest und es steht dein Leben vor der Tür. Verwundert lässt du es eintreten...
Wer sitzt da nun auf deinem Sofa? Wie sieht es aus? Wie geht es deinem Leben? Was braucht es gerade am meisten? Was wünscht es sich von dir? Welcher Mensch möchte dein Leben sein?
9. Was waren die glücklichsten Momente in meinem Leben? Was haben diese Momente gemeinsam?
10. Ich bin liebenswert, weil ...
11. Was ist zurzeit mein größtes Hindernis und was lehrt es mich?
12. Wenn ich Ja sage zu..., sage ich Nein zu... (Du kannst den Satz mehrfach vervollständigen)
13. Was ist dein Lebensmotto? ...und solltest du keines haben: Was könnte dein Lebensmotto sein?
14. Wovor habe ich Angst? Ist diese Angst begründet und wäre das wirklich so schlimm?
15. Stell dir vor du hast einen Brief in den Briefkasten für den Weihnachtsmann geworfen... der Brief ist natürlich angekommen und wird gewährt. Du wachst morgen früh auf und durch Weihnachtsmagie hat sich etwas für dich Entscheidendes verändert. Was hat sich verändert und was bringt diese Veränderung alles mit sich?
16. Schreib heute mal eine To-be-Liste: Welche fünf Punkte nimmst du unbedingt auf die Liste?
Also schreib nicht auf was du alles zu tun hast, sondern wie du gerne sein möchtest
17. Was ist mir wichtig? Was sind meine Werte?
18. Durch einen Weihnachtszauber kannst du einen Rat von deinem 10 Jahre älteren Ich bekommen. Welches Rat wäre das?
19. Bei welchen Themen blühe ich auf?
20. Was würde ich tun, wenn ich nicht scheitern könnte?
21. Wenn ich in den Spiegel schaue, sehe ich...? Wenn du magst, schreib heute erst einmal, wie du diesen Satz jetzt weiterschreiben würdest. Dann höre dir das Lied von Sophia „So viel schöner“ an. Stell dir vor sie singt es für dich. Was hat sich möglicherweise verändert?
22. „In welchen drei Lebensbereiche, habe ich mich in diesem Jahr gewandelt /weiterentwickelt.“
23. Was ist die wichtigste Fähigkeit, die ich nächstes Jahr erlernen sollte?
24. Welchen Buchtitel würde ich meinem Jahr 2024 geben? Welchen wünsche ich mir für 2025?