

Veränderungen angehen

Was möchtest du verändern, steckst aber wie fest?

[Empty space for writing]

Versuche nun folgende Felder auszufüllen. Das muss nicht der Reihe nach geschehen. Schreibe alles auf, was dir in den Sinn kommt. Ziel ist es, dir eine Übersicht zu verschaffen, aufgrund der du entscheiden kannst.

1. MUT ZUM BEWAHREN

Was möchtest du beibehalten?

[Empty space for writing]

2. MUT ZUR VERÄNDERUNG

Was könntest du verändern oder anders angehen?

[Empty space for writing]

3. MUT ZUR KOMBINATION

Statt "entweder - oder" => Gibt es Dinge, die du vielleicht kombinieren kannst?

[Empty space for writing]

4. MUT ZU GANZ NEUEM

Oder gar ganz etwas Neues beginnen?

[Empty space for writing]

Was ist dir klar geworden? Was sind dementsprechend deine nächsten Schritte?
(Übrigens: Es darf auch sein, dass du entscheidest, alles so zu lassen, wie es ist. Auch in Ordnung.)

[Empty space for writing]