

REFLEXIONSBOGEN 1/2



 Nehmen Sie sich einen Augenblick um zu überlegen, was Ihre Ziele sind und wie viel Sie bereit sind zu investieren. Dies dient der Planung und Kontrolle Ihrer Maßnahmen. Fühlen Sie nach ein paar Wochen die zweite Seite dieses Bogens aus, um Ihre Maßnahmen zu reflektieren.

Planung

Was will ich genau verbessern?

Wie viel Zeit kann ich investieren?

Auf welche Maßnahmen will ich mich konzentrieren?

Wie will ich sie umsetzen?

Woran kann ich eine Verbesserung erkennen?



REFLEXIONSBOGEN 2/2



Kontrolle

Welche Veränderungen nehme ich wahr?

Wie zufrieden bin ich damit?

Auf welche Maßnahmen kann ich dies zurückführen?

Was sind meine nächsten Schritte?

