



Übung:

Was macht mich aus?

Ihr Ziel: Sie lernen sich selbst besser kennen.

Vorbereitung: Laden Sie sich diese Vorlage herunter oder drucken Sie sie aus und legen Sie los.

Zeitaufwand: So lange Sie mögen, im Durchschnitt 10–15 Minuten, gern länger.

Durchführung: Es gibt so viel, was Sie ausmacht, Sie haben viele Facetten. Notieren Sie sich alles, das hilft bei der inneren Klärung. Die folgenden Fragen sind ein Einstieg. Machen Sie weiter, wenn Ihnen das Freude macht:

Die drei Errungenschaften aus den vergangenen 12 Monaten, auf die ich so richtig stolz bin:	
Wenn ich die Zeit zurückdrehen und ein historisches Ereignis miterleben könnte, wäre es:	
Daran fasziniert mich:	
In diesem Film hätte ich gern mitgespielt:	
In der Rolle von:	
Daran fasziniert mich:	

Die Süßigkeiten, die ich als Kind am liebsten mochte:	
Diesen Sport habe ich als Kind betrieben:	
Diesen Sport betreibe ich heutzutage:	
Das Allerbeste, was ich je gemacht habe, ist:	
Mein größter Erfolg, darauf bin ich richtig stolz:	
Das Verrückteste, was ich je gemacht habe:	
Drei Dinge, die ich immer schon machen wollte:	
Länder, die ich in meinem Leben bereits besucht habe:	
Am meisten fasziniert hat mich: Weil:	

Was ich mir von meinem allerersten selbst verdienten Geld gekauft habe:	
Vier Dinge, die ich unheimlich gern mache:	
Drei Dinge, die mich langweilen:	
Die größte Inspiration in meinem Leben:	
Zwei Dinge, die mich richtig glücklich machen:	