



www.GabrieleThies.de

DEIN JAHRESRÜCKBLICK 2023

**14 smarte Fragen,
die dich startklar
für das neue Jahr machen**



WAS FÜR EIN JAHR 2023...!

Auch 2023 hat viele von uns ziemlich durcheinander gewirbelt ... "normal" ist unsere Welt schon lange nicht mehr.

Gleichzeitig hält uns der Alltag mit immer wieder neuen Herausforderungen beschäftigt.

So lassen wir das, was vorbei ist, relativ schnell zurück und schauen immer nur nach dem, was kommt - zum Beispiel das neue Jahr.

Dabei hilft uns gerade der Blick zurück so sehr, uns auszurichten auf das, was JETZT zählt und das, was kommen wird.

WARUM EIN PERSÖNLICHER JAHRESRÜCKBLICK?

Du rufst dir Ereignisse nochmal in Erinnerung – die guten wie die schlechten. Wir vergessen so schnell, was gewesen ist.

Du darfst dich nochmal so richtig über deine Erfolge und Glücksmomente freuen. Denn wir erinnern uns zu wenig an das, was gut war.

Du kannst aus vermeintlichen Fehlern oder Misserfolgen lernen. Vielleicht waren es ja gar keine Fehler?

Du darfst abschließen, was vorbei ist. Und dich für deine Erfahrungen bedanken.

Du kannst dich selbst besser kennenlernen. Dich selbst besser zu verstehen, ist eine richtig spannende Sache!



Erinnere dich an deine Ziele, Wünsche und Prioritäten zu Beginn des Jahres: Hat sich dein Fokus diesbezüglich in den vergangenen Monaten verändert? Wenn ja, wie kam es dazu?

**Wie haben sich deine Werte und dein Blick aufs Leben verändert?
Wie hat sich dein Blick auf die Welt verändert?**

Was hat dich zufrieden oder glücklich gemacht? Wofür bist du dankbar?
(Notiere mindestens 15 Punkte)



Was kannst du in 2023 als Erfolge verbuchen? Welche Hürden hast du genommen? Was war ausschlaggebend für deine Erfolge?
(auch vermeintlich kleine Dinge zählen! Mindestens 15 Punkte!)

Welche wichtigen Entscheidungen hast du getroffen? Wie haben sich diese Entscheidungen ausgewirkt?

Welchen Menschen bist du dankbar? Wissen sie das?



Wofür bist du dir selbst dankbar?

Welche Schwachstellen hast du in deinem Leben vielleicht entdeckt und welche Rückschläge hast du erlebt?

Welche Lernerfahrung könnte für dich darin stecken?

Was hat dir in 2023 gefehlt? Wovon hättest du gerne mehr gemacht oder gehabt? Warum?

(Denke hier nicht nur an äußere Ereignisse, sondern auch an Werte und Qualitäten.)



**Welche Energiefresser hast du für dich erkannt? Welche Energiespender?
Wie könntest du diese für die Zukunft entschärfen bzw. verstärken?**

**Welche Emotionen und Gefühle haben dich in 2023 überwiegend begleitet?
Waren das eher hinderliche oder eher förderliche Emotionen? Welche
Lernerfahrung könnte für dich darin stecken?**

Gibt es etwas, was du in 2023 loslassen und zurücklassen möchtest?
(Denke hier ganzheitlich: Erlebnisse, Erfahrungen, Menschen, Gedanken,
Emotionen, Gewohnheiten etc.)



**Mit welchen drei bis fünf Sätzen würdest du dein 2023 beschreiben?
Und mit welchem einzigen Wort?**

Gibt es Themen oder Erkenntnisse in deinen Antworten, die sich wie ein roter Faden durchziehen? Was möchtest du daraus ins neue Jahr mitnehmen, um dich weiterzuentwickeln?



GEH IN DEINEM BUSINESS AUF, NICHT UNTER!

Hey, ich bin Gabriele!

Mein Motto ist:

Geh in deinem Business auf, nicht unter!

Ich begleite dich als vielbeschäftigte Selbständige dabei, **maßgeschneiderte Organisationsstrukturen für dein Business, deinen Alltag und dein Leben zu entwickeln**, die genau zu dir passen.

Strukturen, die einerseits **Sicherheit und Stabilität** geben und andererseits den so wichtigen **Raum für deine Kreativität, Individualität und Weiterentwicklung** schaffen und dich wieder in deine **Balance** bringen.



HAST DU LUST AUF MEHR?

Gerne unterstütze ich dich als **wertschätzende Sparringspartnerin**, mehr in deine Klarheit zu kommen, damit du **in deinem Business (und im ganzen Leben) auf- und nicht untergehst**.

Und deine Pläne und Visionen im neuen Jahr fokussiert und gleichzeitig entspannt umsetzen kannst.

Hier erfährst du mehr darüber, wie ich arbeite.

Schreib mir gerne eine Mail und wir klären in einem unverbindlichen Gespräch, ob und wie ich dich im neuen Jahr unterstützen kann.

Denn - und da bin ich mir ganz sicher - das neue Jahr wird für uns alle viele tolle Chancen bereithalten - wenn wir uns darauf ausrichten und sie nutzen 😊.

Und wenn du Lust auf (mehr oder weniger) regelmäßige Impulse für dein smartes Selbstmanagement hast, dann melde dich hier an.



”

UND JEDEM ANFANG
WOHNT EIN ZAUBER INNE...

Hermann Hesse

**Ich wünsche dir viel Zauber im neuen Jahr:
Für neue Erfahrungen und Erkenntnisse, neue Projekte und Begegnungen,
neuen Raum für dich und deine Ziele.**



www.GabrieleThies.de