

# REFLEXIONSFRAGEN – VISIONSBILD



So schaut meins aus mit der Frage: Was brauche ich, um mich 2015 wohlzufühlen?

**Drucke dir das Pdf aus und beschreibe es handschriftlich!**

Setz dich gemütlich hin, nimm ein paar tiefe Atemzüge und lass deine Augen mit einigem Abstand über dein Visionsbild schweifen!

**Was nimmst du wahr? Welche Stimmung herrscht vor? Welche Gefühle löst das Bild in dir aus?**

**Welche Bilder, Wörter oder Farben möchten deine Aufmerksamkeit?**

**Was berührt dich am meisten? Was sind für dich die 3 wichtigsten Erkenntnisse/ Bilder?**

**Was bedeuten sie für dich?**

**1.**

2.

3.

**Was könntest du heute oder in dieser Woche noch für kleine Schritte tun, um diese 3 Themen mehr in dein Leben zu holen?**

1. ( 3 Schritte, 3 Ideen)

2.

3.

Schau immer mal wieder auf dein Visionsbild und stelle dir diese Fragen neu.

Du kannst auch gern zu anderen Aspekten/ Fragestellungen ein Visionsbild kleben!

Ganz viel Freude wünsche ich dir!

Von Herzen

Susan