



Ich kreierte meine Identität.



- Auf welches alte Muster fokussierst du dich heute, um dieses in ein besseres Verhalten umzuwandeln?
- Welche Affirmationen unterstützen dich dabei, dein Vorhaben zu erreichen?
- Wie wird es dir möglich sein, dieses neue Verhalten im Alltag zu praktizieren?
- Wie gehst du mit dir um, wenn du zeitweise in dein altes Muster zurückrutschst?
- Was spürst du gerade, wenn du dich als die Person visualisierst, zu der du dich entwickelst?
- Welche Charaktereigenschaften wirst du als dein zukünftiges Ich entwickelt haben?
- Was wirst du heute erfahren, wenn du als dein zukünftiges Ich agierst?





Ich bin mir meiner Energie bewusst.



- Was ist dir heute gut gelungen?

- Worauf bist du stolz?

- Was würdest du beim nächsten Mal anders machen / neu ausprobieren wollen?

- Was von dem, was du heute getan hast, hat einen positiven Einfluss auf andere gehabt?

- Welche Erkenntnis über dich hast du heute neu hinzu gewonnen?

- Wann hattest du heute die Chance als dein zukünftiges Ich zu agieren?

- Wofür bist du dankbar?

