

# Dein Fragebogen zur Selbstreflexion

Fülle diesen Fragebogen wöchentlich aus, um auf deine Woche zu reflektieren, Erfolge anzuerkennen, Herausforderungen zu überwinden und konkrete Maßnahmen für die folgende Woche zu planen.

WELCHE ERFOLGE HABE ICH IN DIESER WOCHE ERREICHT UND WIE HABEN SIE MICH VORANGEBRACHT?



WELCHE HERAUSFORDERUNGEN HABE ICH DIESE WOCHE GEMEISTERT UND WAS HABE ICH DARAUS GELERNT?



HABE ICH MEINE ZEIT EFFEKTIV GENUTZT UND MEINE PRIORITÄTEN ENTSPRECHEND MEINEN ZIELEN GESETZT?



WELCHE VERHALTENSWEISEN ODER GEWOHNHEITEN HABEN MICH IN DIESER WOCHE UNTERSTÜTZT ODER BEHINDERT?



WELCHE ZIELE HABE ICH FÜR DIE NÄCHSTE WOCHE UND WIE WERDE ICH SIE ERREICHEN?