

Dein Wochenplaner

Bitte führe diesen Wochenplaner einmal in der Woche nach den Coachings. Denn grade anfangs ist es immens wichtig, Dir die noch so kleinsten Erfolge zu notieren.

Bitte halte den Planer vor dem nächsten Coaching bereit.

1. Welche Fortschritte hast Du diese Woche erzielt? Welche Erkenntnisse hattest Du?
2. Welche Schritte auf dem Weg zum Ziel hast Du diese Woche umgesetzt?
3. Wie hast Du Dich bei der Umsetzung gefühlt?
4. In welchen Bereichen ist Dir die Umsetzung der geplanten Schritte schwer gefallen ?
5. In welchen Bereichen ist Dir die Umsetzung der geplanten Schritte gut gelungen?