



Fragen zum Jahres-Rückblick und -Ausblick

Aus dem [Blogartikel „Lass das mit den guten Vorsätzen!“](#)

Fragen zum Rückblick:

Mit wem habe ich die meiste Zeit verbracht?

Mit wem habe ich meine schönste Zeit verbracht?

Was waren meine drei Lieblings-Ereignisse in diesem Jahr?

Was waren meine drei Lieblings-Erfolge in diesem Jahr?

Was ist mir 2018 besonders gut gelungen?

Was habe ich neu gelernt?

Was war meine mutigste Unternehmung?

Was hat mich am meisten ergriffen / berührt?

Was habe ich 2018 seit längerer Zeit mal wieder getan?



Was habe ich 2018 zum ersten Mal getan?

Was war das schönste Geschenk, das ich jemandem gemacht habe?

Was war das schönste Geschenk, das mir jemand gemacht hat?

Was waren die wirksamsten Worte, die ich zu jemandem gesagt habe?

Was waren die wirksamsten Worte, die mir jemand gesagt hat?

Was war mir 2018 die wichtigste Sache, für die ich jeden Tag aufstand?

Was hätte ich gerne öfter gemacht?

Was hätte ich gerne weniger gemacht?

Was war 2018 meine verrückteste Aktion?

Wer war ich 2018 in meiner besten Form?

Welche Metapher steht für mein 2018?



Fragen zum Ausblick:

Was möchte ich bis Ende 2019 in meinem Leben fest verankert haben?

Wofür möchte ich im neuen Jahr mit Begeisterung und Disziplin stehen?

Was möchte ich im alten Jahr zurücklassen, wovon verabschiede ich mich?

Wonach sehne ich mich, was möchte ich im neuen Jahr noch mehr in mein Leben einladen?

Welchen Beitrag werde ich für den Frieden in mir und in der Welt leisten?

Womit schließe ich inneren Frieden?

Was möchte ich, dass andere über mich am Ende des Jahres erzählen?



Welche Entwicklung gehe ich aktiv an?

Welche Träume möchte ich mir 2019 erfüllen?

Mit wem möchte ich mehr Zeit verbringen?

Womit möchte ich mehr Zeit verbringen?

Woran werde ich Ende 2019 merken, dass es mir mit meinen Vorhaben ernst war?