

# reflect 24

# *envision 25*

GROW

ENVISION

LOVE

DREAM

LIVE

INSPIRE

REFLECT

TRUST

SURRENDER

REROOT

CONNECT

LISTEN

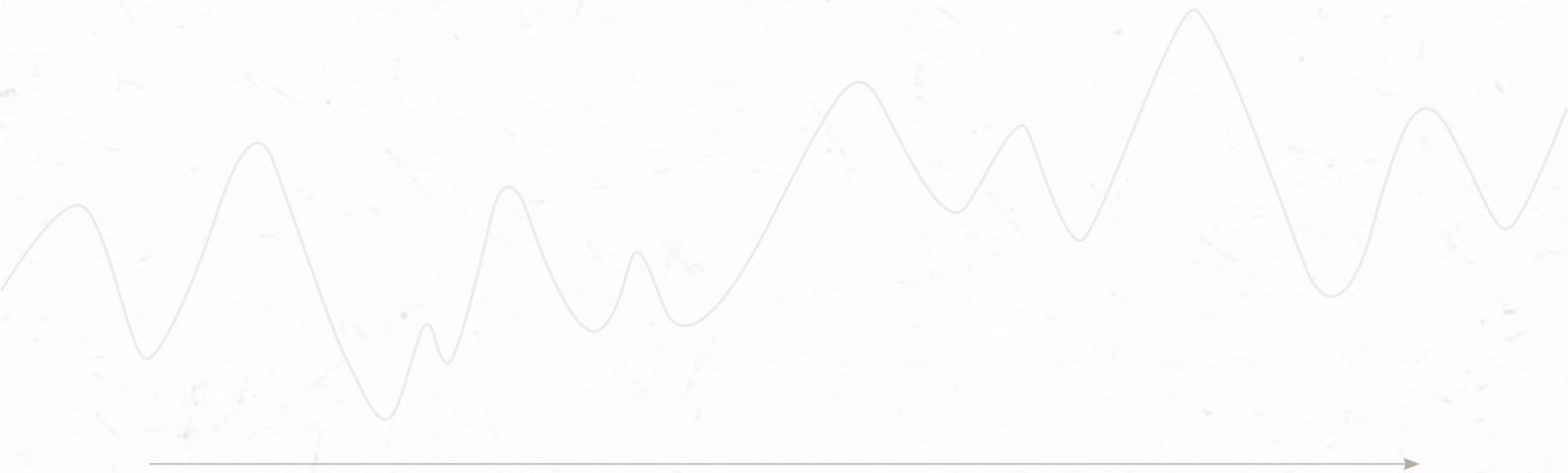


# 2024 Jahres-*Reflexion*

Spüre in dich hinein. Wie geht es dir gerade? Wie fühlt es sich an, dieses Jahr nun abzuschließen?



Zeichne dein Jahr 2024 auf. Alle Höhen und Tiefen. Alle Ups and Downs.  
Notiere alle Erlebnisse, Veränderungen, Ereignisse, Tage, Momente, die dir im Kopf geblieben sind.



# 2024 Jahres-*Reflexion*

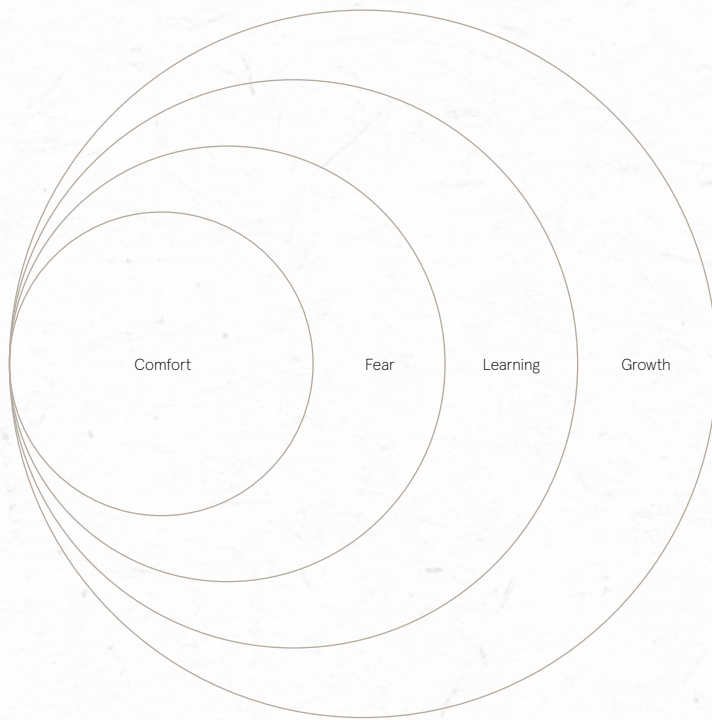
Was waren deine Highlights im letzten Jahr? An welche Momente denkst du gerne zurück?



Was war dein schönster Moment im Jahr 2024?



# 2024 Jahres-*Reflexion*



Wann bist du besonders aus deiner Komfortzone gegangen? Wie hat sich das angefühlt?

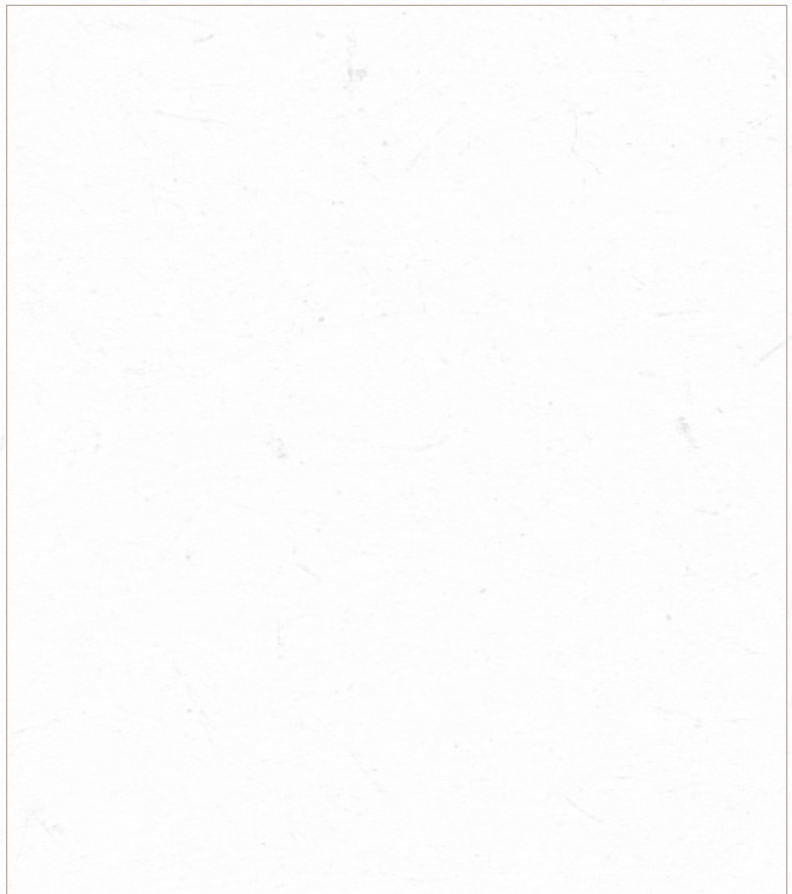
Was hat dich vor Herausforderungen gestellt? Und welcher Anker, welche Motivation hat dir geholfen?

# 2024 Jahres-*Reflexion*

Welche Momente und Ereignisse waren schwer oder taten weh? Wie haben diese dich wachsen lassen?

Ereignis und Gefühl dabei:

Das habe ich dadurch erkannt/so konnte ich dadurch wachsen:



Was willst du jetzt loslassen?




# 2024 Jahres-*Reflexion*

Was hast du im letzten Jahr gelernt?



Welche besonderen Begegnungen hast du 2024 gemacht? Welche Menschen kamen in dein Leben?



# 2025 Jahres-*Vision*

Was erhoffst du dir von 2025? Was wünschst du dir von Herzen für das neue Jahr?

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write their vision for the year 2025.

Formuliere eine Intention für dein Jahr 2025 – einen Satz, der dich durch das Jahr begleiten soll:

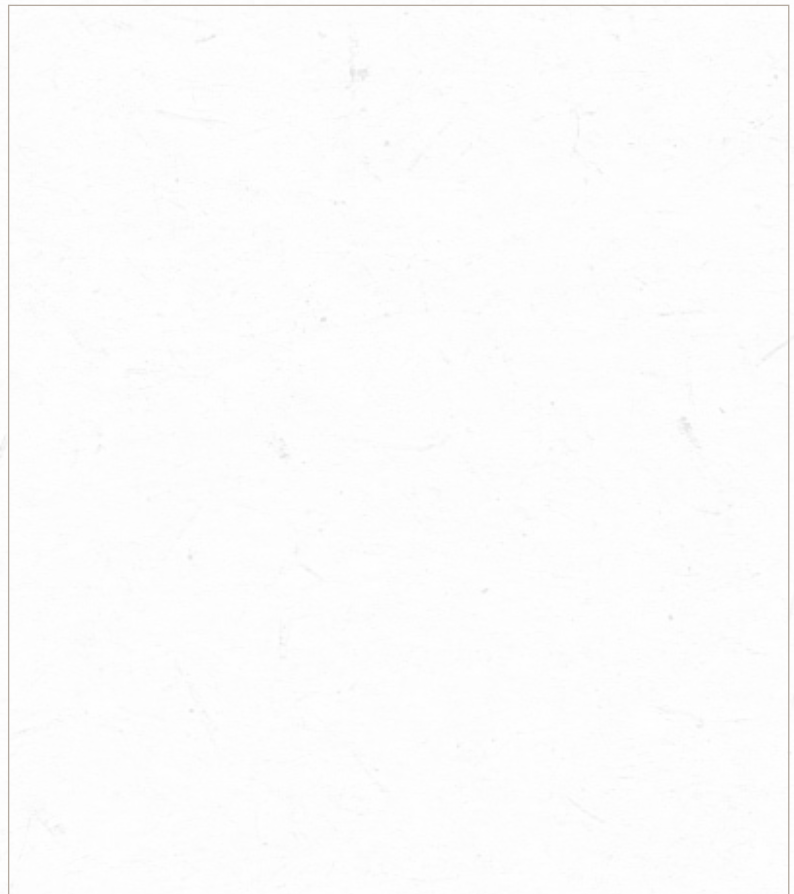
A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for the user to write an intention for the year 2025.

# 2025 Jahres-*Vision*

Wie willst du dich 2025 fühlen und was kannst du dafür tun?

Gefühle, die ich leben will:

So kann ich diese Gefühle 2025 in mein Leben integrieren:



Was willst du am Ende des Jahres über 2025 erzählen und sagen können?





# 2025 Jahres-*Vision*

Was willst du 2025 kreieren? Welche konkreten Ziele möchtest du erreichen?

Mein Ziel:

Das Warum dahinter:

Einzelne Schritte zu diesem Ziel:



# 2025 Jahres-*Vision*

Gestalte dein Visionboard für 2025. Hier ist ganz viel Platz für Inspiration, Kreation, Ideen, Träume, ... Sammle Bilder, Zitate, Inspirationen zu den verschiedenen Lebensbereichen. Du kannst dein Visionboard auch vierteln und die 4 Bereiche Gesundheit/Wohlbefinden, Beziehungen, Wohlstand/Arbeit, Erfüllung/Selbsta Ausdruck.

Drucke die Bilder gerne aus und klebe sie haptisch auf diese Seite. Dadurch verbindest du dich umso mehr mit deinen Träumen und kannst diese durch eine kreative Tätigkeit noch greifbarer machen :)