

**Fülle die folgenden Fragen für Dich aus**, sie unterstützen Dich dabei Dir selbst ein Bild von Dir in Deiner aktuellen Situation zu machen und davon, wohin Du möchtest.

Wie immer schreib das nieder, was Dir als erstes in den Sinn kommt. Suche nicht nach Ausreden und Kompromissen, nur weil es besser klingt.

Was ist es wirklich, das mich immer schön gemacht hat?

---

Wann war ich für mich selbst am schönsten?

---

Erinnere ich mich an dieses Gefühl? Was hilft mir dabei es wiederzuerlangen?

---

Wer bin ich jetzt?

---

Wer möchte ich sein?

---

Bin ich auf meinem Weg? Wenn nicht, warum und wann bin ich davon abgekommen?

---

Was sind meine Wünsche, Ziele und Träume? Verfolge ich sie?

---

Bin ich mir selbst treu geblieben oder haben ich unter Umstände meine Identität, das was mich ausmacht, unterwegs im Alltag vielleicht vernachlässigt, gar verloren?

---

---

Was ist mir wichtig? Bin ich ehrlich zu mir selbst oder gehe ich zu viele Kompromisse ein?

---

Warum gehe ich Kompromisse ein? Welcher belastet mich?

---

Wie kann ich das ändern? Wie erreiche ich meine Wünsche und Ziele? Was würde mir dabei am meisten helfen?

---

---