



Et tilbage-kig på 2022

På en skala på 0-10 – hvor tilfreds var jeg med 2022?

Hvad skal der til for at dette tal bliver højere i 2023?

Hvad var min bedste oplevelse og hvorfor?

Hvad var det bedste jeg sagde til mig selv? Og andre?

Hvad har skabt ubalance i 2022

Hvad var den værste oplevelse i 2022?

Hvad vil du sige farvel til og lade blive i 2022?

Hvad vil jeg tage med ind i 2023?

Hvad har jeg lært af 2022?

Certificeret Mastercoach * gitte.friis@victorycoaching.dk * victorycoaching.dk * 4078 9992

Hvem vil jeg være i 2023 (skriv 3 karaktertræk)

Hvilke 3 følelser skal primært kendetegne 2023?

Hvilken overordnet følelse ønsker jeg at have ultimo 2023?

Hvilke 3 konkrete handlinger skal der til?

Hvilke 3 delmål vil jeg have?

Hvad skal mit motto være for 2023?

Hvad kan jeg gøre for at skabe mere balance og nydelse i 2023?

Hvilke af ovenstående punkter er vigtigst for mig?