



Was sind die Herausforderungen und Aufgaben in meinem Leben?

Welche neuen Fragen und Themen beschäftigen mich in letzter Zeit?

Denke an die vier Lebensbereiche Politik, Sorge (Kinder, Haushalt), Kultur (mit Bildung) und Erwerb. Was frustriert mich aktuell?

Hubschrauberperspektive: In welchem Lebensbereich sehe ich mich am häufigsten aktiv?

Was will und kann ich mit anderen Menschen gemeinsam tun?

Was möchte ich am Ende meines Lebens erreicht haben? Welchen Fussabdruck hinterlasse ich?

Welchen Rat würde mir eine andere Person geben, um meine Ziele zu erreichen?

Mein Ethify Journal

Datum

Name



Welche Werte sind mir wichtig?

Wer kann mir helfen, meine Visionen zu realisieren?

Wovon muss ich mich befreien?

Welche konkreten Schritte kann ich in den nächsten 3-4 Tagen tun?

