

SELBSTREFLEXION

mit der Handformel

DAUMEN - DENKEN

Was habe ich dazu gelernt?

ZEIGEFINGER - ZIELERREICHUNG

Wo bin ich meinen Zielen näher gekommen?

MITTELFINGER - MENTALITÄT

Wie habe ich mich gefühlt?

RINGFINGER - RATGEBER

Wie habe ich anderen geholfen?

KLEINER FINGER - KÖRPER

Was habe ich für mich getan?

Regelmäßiges Reflektieren bringt uns voran. Diese Methode kann mit einfachen Fragen den inneren Dialog anstoßen und unser Können in den Fokus rücken.

NEVER STOP ASKING!

MODERATRIX