

Frust im Job?

Wie du in 7 Schritten Klarheit bekommst



1. Wie sieht dein idealer Arbeitstag aus? Was machst du? Wo arbeitest du? Und mit wem? Wie fühlst du dich dabei? Schreibe alles so genau wie möglich auf. Es geht dabei nicht um einen bestimmten Beruf oder einen bestimmten Arbeitgeber, sondern stell dir einfach mal vor, was du in deinem absoluten Traumjob den ganzen Tag machen würdest. Dream Big!
2. Nimm dir drei Buntstifte und markiere nun die folgenden Kategorien in unterschiedlichen Farben: Muss sein / Wäre schön / Nett, aber eher Luxus
Danach mach dir eine Liste!
3. Was davon hast du bereits in deinem Leben?
4. Was fehlt noch?
5. Warum legst du nicht sofort los und lebst deinen idealen Arbeitstag?
Was hindert dich daran?
6. Was brauchst du, damit du deinem Wunschleben etwas näher kommst?
7. Was ist der erste Schritt?

Wie ist es dir mit diesem Impuls ergangen?

Ich freue mich von dir zu hören!

Daniela

Daniela Persike . Life Coaching

danielapersike.com . info@danielapersike.com

facebook.com/DanielaPersikeCoaching