



**Weihnachtsbaum-  
Methode  
zur Reflektion**

[NEWWORKDUESSELDORF.DE](http://NEWWORKDUESSELDORF.DE)

# Anleitung



Schau Dir die Weihnachtskugeln an.  
Welche Bereiche in Deinem Arbeitsleben sind für Dich relevant und werden dort erfüllt?  
Schmücke den Baum mit diesen Kugeln.  
Bereiche, die besonders positiv sind, kannst Du weiter oben aufhängen.  
Fallen Dir noch weitere Bereiche ein?



Gibt es Bereiche, die schon einmal funktioniert haben, aber durch Veränderungen in Deinem Berufsleben verloren gegangen sind?  
Beschrifte die kaputten Kugeln damit und lege sie unter den Weihnachtsbaum.



Was sind Deine Wünsche für das nächste Jahr?  
Welche Bereiche deckt Deine Arbeit (noch) nicht ab?  
Positioniere Deinen wichtigsten Wunsch auf die Baumspitze.  
Alle anderen Wünsche kannst Du als Sternenhimmel im Hintergrund dekorieren.



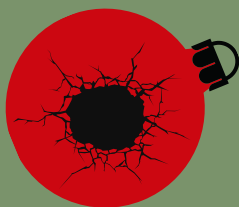
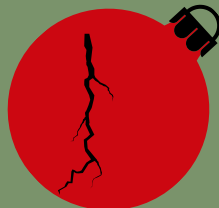
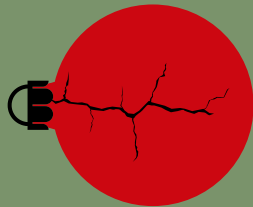
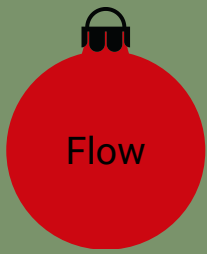
Schau Dir die geschmückten und kaputten Kugeln sowie Deine Wünsche noch einmal genauer an.  
Welche Bereiche sind Dir besonders wichtig?  
Markiere diese mit einem Herz.




Sieh Dir Deinen fertig geschmückten Baum an.  
Welche Gefühle löst er bei Dir aus?  
Was gefällt Dir?  
Welche Veränderungen wünschst Du Dir?  
Gibt es zerbrochene Kugeln? Und falls ja, lassen sich diese wieder reparieren?  
Welche Veränderungen kannst Du selbst bewirken?  
Ergeben sich Ziele oder Next Steps für das nächste Jahr?



Gibt es etwas wovon Du besonders viel hast und das Du gerne mit anderen teilen möchtest?  
Wem könntest Du damit eine Freude bereiten?





**Erfahre mehr über  
mich und meine  
Arbeit.**

MARINA BRAND  
NEWWORKDUESSELDORF.DE