Saskia Sessenhausen
COACHING

Du bist der Durchschnitt der 5 Menschen, mit denen Du Dich umgibst

Schreibe Dir in der Tabelle 5-8 Menschen auf, mit denen Du vermehrt zusammen bist.

Daneben beschreibst Du die Gefühle, die diese Menschen in Dir auslösen!

Überlege folgendes:

- Verfolgen sie mit Dir gemeinsam Deine Ziele, motivieren sie Dich?
- Geben sie Dir Kraft und Energie, macht es Spaß mit ihnen zusammen zu sein?
- Sehen sie in allem ein Problem und haben an allem etwas auszusetzen?
- Halten sie Dich von Deinen Wünschen und Bedürfnissen ab? Usw.