

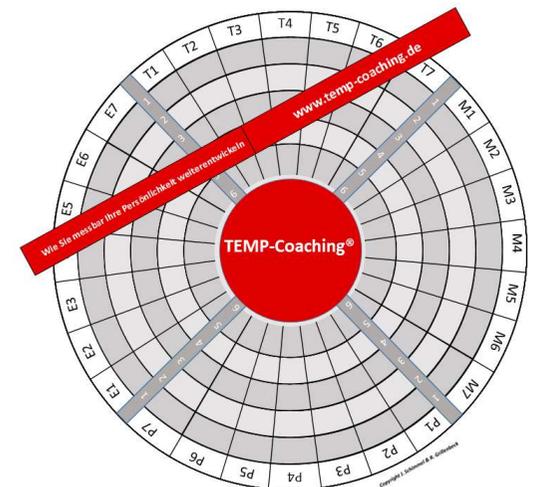
Business Coach
Dr. Richard Grillenbeck

**TRAINING
COACHING
BERATUNG**

www.business-coach.de

TEMP-Coaching® Jahresfragen

Radar-Fragen für das vergangene
und das kommende Jahr



Feiern Sie das Jahr ____! Schließen Sie es ab mit den folgenden Fragen.



Was habe ich erreicht?
Worauf sind Sie am meisten stolz?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Was waren die Herausforderungen?
Was war hart? Was haben Sie überwunden?

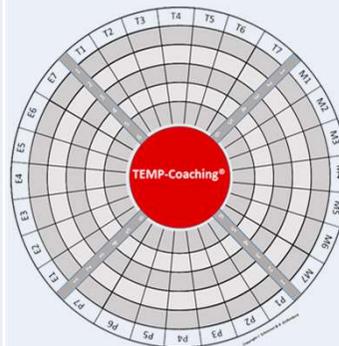
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Was habe ich beruflich gelernt?
Kann alles sein, Fertigkeit, Kompetenz...

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Was habe ich über mich gelernt?
Werte, Stärken, Schwächen, Glaubenssätze...

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Wie lautet rückblickend die Schlagzeile / Ihr Motto des Jahres?

Welche Beziehungen habe ich gefördert?
Mit wem sind Sie an der Beziehung gewachsen?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Was habe ich geschaffen, in die Welt gebracht?
Kann alles sein, Ideen, Sachen, Produkte, Bilder...

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Wie ist die Welt durch mich anders geworden?
Wie haben Sie anderen / der Welt geholfen?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Wann / wo hatte ich den meisten Spaß?
Was haben Sie am meisten genossen?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Bereiten Sie das Jahr _____ vor!

Machen Sie eine Vorschau mit den folgenden Fragen.

Business Coach
Dr. Richard Grillenbeck



Was will ich erreichen?
Worauf wollen Sie stolz sein?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Was werden Herausforderungen sein?
Was sehen Sie jetzt schon?

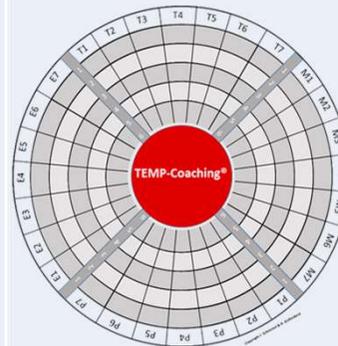
1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Was will ich beruflich lernen?
Was brauchen Sie, um beruflich dran zu bleiben?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Wo will ich persönlich wachsen und lernen?
Was wollen Sie über sich herausfinden?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Wie lautet die
Schlagzeile / Ihr Motto
des kommenden
Jahres?

- _____
- _____

Welche Beziehungen will ich fördern?
Wer inspiriert, unterstützt und ermutigt Sie?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Was werde ich schaffen, in die Welt bringen?
Ideen, Sachen, Produkte, Bilder.....

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Wie wird die Welt durch mich anders werden?
Wie werden Sie anderen / der Welt helfen?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Wann und wie werde ich Spaß haben?
Was werden Sie genießen?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____



Anleitung für die TEMP-Coaching Jahresfragen

Setzen Sie sich für 30 – 45 Minuten an einen ruhigen Ort, an dem Sie ungestört sind und sich auf die Fragen einlassen können. Versuchen Sie Ihr Bestes, um immer fünf Antworten zu finden und antworten Sie aus Ihrem Herzen und Ihrer Seele heraus.

Das ist keine Sache, die auf dem Papier toll aussehen soll. Sie sollen stolz darauf sein, egal wie groß oder klein es für andere vielleicht sein mag – oder Sie glauben, dass es für andere sein mag.

Was können Sie noch tun?

Lesen Sie das Buch TEMP-Coaching und machen Sie es zu Ihrem Begleiter für das ganze Jahr.

Geben Sie meiner Facebook Seite ein „like“ und halten Kontakt mit mir über Xing, FB oder LinkedIn.

Wenn Sie die Jahresfragen mögen, sagen Sie es weiter.

Bleiben Sie beweglich!

Ihr *Richard Grillenbeck*