

# Spaziergang in der Zukunft

Haben Sie sich schon einmal darüber Gedanken gemacht, worüber Sie sich in Ihrer Zukunft freuen? Denken Sie an schöne Ereignisse, die Sie in den nächsten Tagen, Wochen und Monaten erwarten. Familienfeiern, Urlaub, schöne Ausflüge, Treffen mit Freunden, besondere Fortbildungen, persönliche Weiterentwicklung – welche kleinen oder großen Träume möchten Sie wahr werden lassen, welche Projekte endlich mal anpacken und nicht mehr aufschieben?

Natürlich wird es auch einige private und berufliche Herausforderungen für Sie geben, an denen Sie wachsen können. Wie wäre es wohl, wenn Sie sich auf diese Herausforderungen auch freuen könnten? Machen Sie sich ein möglichst konkretes Bild, wie Sie mit diesen Herausforderungen umgehen.

Was ist Ihnen in den nächsten Monaten wirklich wichtig? Was haben Sie in der Vergangenheit vielleicht ein bisschen vernachlässigt, was Sie in der Zukunft wieder mehr in den Vordergrund rücken möchten? Was hätten Sie davon, wenn Sie das täten?

Träumen Sie einmal ganz intensiv von Ihrer Zukunft und halten Sie sich ganz bewusst vor Augen, was Ihnen wirklich wichtig ist und worauf Sie sich in naher und weiter Zukunft ganz besonders freuen.

*Auszug aus dem Buch „Kleine Schritte, große Veränderung“*