

FLASHBACK

Was hat mir am besten gefallen?

1)

2)

3)

4)

5)

Welches Thema bringt mich im Job oder Privatleben weiter?

1)

2)

3)

4)

5)

Praxis - Tipp

Die 3er Regel:

- Wiederholung nach 3 Tagen
- Wiederholung nach 3 Wochen
- Wiederholung nach 3 Monaten