

DEINE 20 REFLEXIONSFRAGEN

**JAHRESREFLEXION & INNERE AUSRICHTUNG
20 FRAGEN FÜR KLARHEIT, SELBSTVERANTWORTUNG UND VISION 2026**

WILLKOMMEN.

DIESE FRAGEN SIND EINE EINLADUNG.

KEINE AUFGABE. KEIN LEISTUNGSRAUM. KEIN „ICH MUSS JETZT ALLES RICHTIG MACHEN“.

**SIE LADEN DICH EIN, EHRlich AUF DEIN JAHR ZURÜCKZUBLICKEN — NICHT BEWERTEND, SONDERN
WÜRDIGEND.**

2025 WAR EIN ECHTES JAHR.

MIT ERFAHRUNGEN, DIE DICH BERÜHRT HABEN.

MIT MOMENTEN, DIE DICH WACHSEN LIEßEN.

**UND VIELLEICHT AUCH MIT SITUATIONEN, IN DENEN DU DICH SELBST EIN STÜCK AUS DEN AUGEN
VERLOREN HAST.**

DIESE FRAGEN HELFEN DIR, DIR SELBST WIEDER ZU BEGEGNEN.

DEM MENSCHEN, DER DU GEWORDEN BIST.

UND DEM MENSCHEN, DER DU SEIN MÖCHTEST.

NIMM DIR ZEIT.

BEANTWORTE DIE FRAGEN NICHT AUS DEM KOPF, SONDERN AUS DEM GEFÜHL.

MANCHE ANTWORTEN ZEIGEN SICH SOFORT — ANDERE ERST TAGE SPÄTER.

DU DARFST PAUSEN MACHEN.

DU DARFST FRAGEN ÜBERSPRINGEN.

DU DARFST ZURÜCKKOMMEN.

VIELLEICHT REICHT EINE EINZIGE FRAGE, UM ETWAS IN DIR ZU BEWEGEN.

UND GENAU DARUM GEHT ES:

BEWUSSTSEIN. SELBSTVERANTWORTUNG. INNERE AUSRICHTUNG.

MÖGEN DICH DIESE FRAGEN SANFT BEGLEITEN

BEIM ABSCHLIEßEN VON 2025

UND BEIM ÖFFNEN DEINES INNEREN RAUMES FÜR 2026.

VON HERZ ZU HERZ,

PEGGY



1. WENN ICH 2025 ALS GANZES BETRACHTE: WAS WAR DAS ZENTRALE THEMA MEINES JAHRES?
2. WELCHE MOMENTE HABEN MIR GEZEIGT, WIE STARK ICH WIRKLICH BIN?
3. WORAUF BIN ICH RÜCKBLICKEND EHRlich STOLZ — AUCH WENN ES NIEMAND GESEHEN HAT?
4. WELCHE HERAUSFORDERUNGEN HABEN MICH INNERlich WACHSEN LASSEN, AUCH WENN SIE SCHMERZHAFT WAREN?
5. IN WELCHEN SITUATIONEN HABE ICH MEINER INNEREN STIMME VERTRAUT — UND WIE HAT SICH DAS ANGEFÜHLT?
6. Wo HABE ICH 2025 GESPÜRT: „ICH WEIß EIGENTLICH, WAS RICHTIG WÄRE — UND HABE ES TROTZDEM NICHT GETAN“?
7. WELCHE ENTSCHEIDUNGEN HABE ICH AUS ANGST, GEWOHNHEIT ODER RÜCKSICHT AUFGESCHOBEN?
8. IN WELCHEN MOMENTEN HABE ICH MICH KLEINER GEMACHT, ALS ICH BIN?
9. WAS DURFTE ICH 2025 ÜBER MICH LERNEN — AUCH ÜBER MEINE SCHUTZMECHANISMEN?
10. WAS WAR MEIN ANTEIL AN DEM, WAS SCHWER WAR — WENN ICH MIR SELBST LIEBEVOLL BEGEGNE?
11. WELCHE MUSTER, GEDANKEN ODER ROLLEN MÖCHTE ICH BEWUSST IN 2025 ZURÜCKLASSEN?
12. VON WELCHEN ERWARTUNGEN ANDERER MENSCHEN DARF ICH MICH LÖSEN?
13. WAS KOSTET MICH AKTUELL ZU VIEL ENERGIE — UND WARUM HALTE ICH NOCH DARAN FEST?
14. WELCHE MENSCHEN ODER VERPFLICHTUNGEN PASSEN NICHT MEHR ZU DEM MENSCHEN, DER ICH HEUTE BIN?
15. WAS ENTSTEHT INNERlich, WENN ICH MIR ERLAUBE, WIRKLICH LOSZULASSEN?
16. WELCHE INNERE QUALITÄT SOLL MICH 2026 TRAGEN?
17. WIE FÜHLT SICH MEIN LEBEN AN, WENN ICH DIESE QUALITÄT IM ALLTAG WIRKLICH LEBE?
18. WORAN WÜRD E ICH KONKRET MERKEN, DASS ICH MIR SELBST TREU BIN?
19. WELCHES EINE WORT DARF MEIN INNERER KOMPASS FÜR 2026 SEIN?
20. WENN ICH ENDE 2026 ZURÜCKBLICKE: WAS SOLL ICH DANN ÜBER MICH SAGEN KÖNNEN?