# REFLEKTOREN WORKBOOK

Moonchild

Ein Workbook für Reflektoren, um ein Leben im Einklang mit deiner Energie zu kreieren!

# GLAUBENSSÄTZE & GEDANKEN

Denke an eine Zeit zurück, wo du dich "anders" gefühlt hast. Was hast du über dich selbst gedacht? Was haben andere zu dir gesagt?

| Negative Glaubenssätze | |
|---|---|

Im nächsten Schritt wollen wir diese Glaubenssätze transformieren. Notiere dir hierzu, ob diese Glaubenssätze wirklich wahr sind. Stimmt das wirklich? Versuche all diese Glaubenssätze zu überprüfen!

| Transformation | |
|---|---|

Jetzt formuliere neue positive Eigenschaften für dich als Reflektor mit deiner Einzigartigkeit!

| Positive Gedanken | |
|---|---|

# DEINE EINZIGARTIGKEIT

## Hervorheben der Stärken des Reflektors!

Im Audiocoaching hast du viele Beispiele darüber gehört, was die Reflektoren so besonders macht. Was kannst du besonders gut? Worin sind Reflektoren besonders gut?

### Step 1: Notiere die Stärken eines Reflektors!

### Step 2: Was ist deine persönliche Superpower?

# Dein UMFELD

Für einen Reflektor ist es besonders wichtig, dass er sich im richtigen Umfeld und am richtigen Ort befindet. Deswegen machen wir jetzt eine Bestandsanalyse! Bitte notiere dir in den unterstehenden Feldern, wie du deine derzeitige Umgebung einschätzt. Ist sie reflektorfreundlich oder gibt es Störfaktoren?

## Derzeitige Situation

## Freunde

## Familie

## Job

## Freizeit

# DEINE FÄHIGKEITEN

## Baue deine Fähigkeiten aus!

Es ist wichtig, dass du deine Fähigkeiten ausbaust und weiterentwickelst. Deswegen solltest du dir hier einen konkreten Fahrplan aufschreiben! Welche Weiterbildungen willst du besuchen? Wer kann dir helfen? Von wem kannst du lernen?

**Meine nächsten Schritte und Ziele:**

# DANKE!

Ich wünsche dir ein erfülltes Reflektorenleben auf allen Ebenen!

*Shine on, deine Sonja*

http://www.instagram.com/sonja_kopplin