



Mein 88. Geburtstag

MINDKRAFT | Mentaltraining, Stressmanagement und Burnoutprävention

#mindkraft  mindkraft.at  mindkraft  katharina wagner

Wirf einen Blick in die Zukunft und stelle dir vor, dass heute dein 88. Geburtstag gefeiert wird. Deine Familie organisiert zu deinen Ehren ein großes Geburtstagsfest und es wurden 3 Personen von den eingeladenen Gästen gebeten eine kurze Rede über dich zu halten.

Dir zuliebe machen sie das natürlich sehr gerne.

Einer dieser Gäste, ist jemand aus deinem privaten Bereich, ein Verwandter oder jemand, der dir ähnlich nahe steht. Die zweite Person hast du über den beruflichen Bereich kennen gelernt und ein Überraschungsgast, mit dem du überhaupt nicht gerechnet hast und den du seit Jahren nicht mehr gesehen hast, wird auch kommen und etwas über dich sagen.

Schreibe nur diese Reden ganz kurz zusammen. Wer wird die Rede halten?

Was würdest du hören wollen, um wirklich das Gefühl zu haben, dein Leben/deine Karriere ist gelungen? Was sollen diese Personen einmal sagen, über die Art und Weise wie du dein Leben gelebt hast? Was würde dich glücklich machen zu hören?

Zum Überraschungsgast:

falls dir auf die Schnelle niemand einfällt – hier noch ein Tipp: du hast sie/ihn bei irgendeinem Ereignis kennengelernt bei dem, wenn es nicht stattgefunden hätte, du was bedeutendes in deinem Leben verpasst hättest.. sie/er zu einer Facette beigetragen hat, die du in deinem Leben nicht missen möchtest. Obwohl du sie/ihn eigentlich nur flüchtig kennengelernt hast. Vielleicht hast du sie/ihn bei deinem Fallschirmsprung auf Neuseeland kennengelernt? Oder in einer Bar auf Costa Rica auf deiner Weltreisen? Ein Reisegefährte im Zug... dein Mitbewohner im Auslandssemester... So etwas in der Art...

Die Rede aus meinem privaten Bereich (Verwandschaft, Freund):

Name:

Was sagt er/sie:



Mein 88. Geburtstag

MINDKRAFT | Mentaltraining, Stressmanagement und Burnoutprävention

#mindkraft  mindkraft.at  mindkraft  katharina wagner

Die Rede aus meinem beruflichen Bereich:

Name:

Was sagt er/sie:

Die Rede des Überraschungsgastes:

Name:

Was sagt er/sie: