



Fragen zum Reflektieren & Manifestieren für Dich & Euch



Für Euch: Wie war 2023?

1. Was haben wir zum 1. Mal gemeinsam gemacht dieses Jahr?
2. Wofür in unserer Beziehung sind wir dankbar?
3. Welches gemeinsame Erlebnis war das Schönste und warum?
4. Welches waren die schönsten Momente dieses Jahr?
5. Welches war der beste Sex und warum?
6. Welche war die größte Herausforderung für uns?
7. In welcher Form habe ich Liebe und Wertschätzung von meiner/meinem Partner:in erhalten und in welcher Form gegeben?
8. Was hat mir mein/e Partner:in gespiegelt?



Für Dich: Wie war 2023?

1. Was habe ich dieses Jahr über mich selbst gelernt?
2. Auf was darf ich stolz sein?
3. Welche war meine ganz persönliche größte Herausforderung dieses Jahr?
4. Wann bin ich aus meiner Comfort-Zone gegangen?
5. Was habe ich in diesem Jahr losgelassen?
6. Was habe ich neu gewonnen?
7. In welchem Bereich darf ich noch lernen und achtsamer werden?



Für Euch: Wie darf Euer 2024 werden?

1. Welche neue Erfahrung wollen wir im neuen Jahr gemeinsam machen?
2. Welche Veränderungen im Umgang miteinander wünschen wir uns vom anderen?
3. Wollen wir unseren Alltag anders gestalten? Wenn ja, wie?
4. Welche besondere Aktion planen wir 2024?



Für Dich: Wie darfst du 2024 sein?

1. Welches Event plane ich nur für mich ganz allein?
2. Was will ich 2024 erschaffen?
3. Wünsche ich mir mehr me-time oder mehr Zeit mit anderen? Wie kann ich das möglich machen?
4. Was tue ich meinem Körper (meinem Geist, meiner Seele) Gutes im neuen Jahr?
5. Bin ich zufrieden mit meinen sozialen Beziehungen? Wenn nicht, wie kann ich diese ändern?
6. Wie achte ich auf meine Grenzen?
7. Wie fordere ich mich heraus?

*Wir wünschen Euch von Herzen
ein wundervolles neues
Jahr 2024!*