

Deine Vision als treibende Kraft im Leben

Vision als treibende Kraft im Leben





Wann wir unsere Ziele und Visionen mit besonderer Freude verfolgen...

- Wenn ich daran wachse
- Wenn ich emotional reife
- Wenn ich einen gesellschaftlichen Beitrag leisten kann

Sonja Lyubomirsky' (amerikanische Wissenschaftlerin)

Vision als treibende Kraft im Leben



Querblick Glücksforschung

- Lebenszufriedenheit entsteht durch große Ziele
- mehr erleben weniger besitzen
- Wohlfühlglück und Werteglück
- Erfahrungen bestimmen unser Glücksempfinden

Die Löffelliste

Schreibe eine Liste von 100 Dingen, die du noch haben, geben, tun, erleben willst bevor du den „Löffel“ abgibst.

oder

Eine „not To Do-Liste“ schreiben.
...was stattdessen

