



Dr. med. Michaela Muthig
PSYCHOLOGISCHES COACHING

Arbeitsblatt 12: Eine angemessene Vorbereitung

Welche Schritte benötige ich, um mich ausreichend sicher zu fühlen?

Welche Punkte sind wirklich essentiell?

Welche könnte ich eher vernachlässigen?

Auf welche nicht-essentiellen Vorbereitungsschritte will ich daher bewusst verzichten und Mut zur Lücke beweisen?

