

# Jahresrück- & Ausblick mit KI

Ein strukturiertes Reflexions-Worksheet für Führungskräfte

## **Teil 1 – Deine Jahresreflexion 2025**

1. Was hat mein Jahr 2025 wirklich geprägt – unabhängig davon, ob ich es geplant habe oder nicht?
2. Wo habe ich viel Energie investiert – und was kam tatsächlich zurück?
3. Was sagt mein Jahr über meine aktuelle Rolle als Führungskraft aus?
4. Wo handle ich konsequent – und wo reagiere ich nur?
5. Was habe ich vermutlich vermieden, obwohl ich wusste, dass es wichtig gewesen wäre?
6. Welche Geschichte erzähle ich mir über mein Jahr, die mich eher beruhigt als weiterbringt?
7. Was soll 2026 für mich leichter, klarer und wirksamer werden?
8. Worauf will ich mich bewusst konzentrieren – und was lasse ich weg?

## Teil 2 – Die drei KI-Prompts

### **Prompt 1 – Verdichtete Jahreszusammenfassung**

„Ich möchte mein Jahr 2025 reflektieren. Hier sind meine Antworten auf meine Jahresrückschau: (HIER DEINEN KOMPLETTEN TEXT EINFÜGEN). Bitte fasse zusammen, was dieses Jahr über mich, meine Rolle und meine Arbeitsweise aussagt – in Deinen eigenen Worten, ohne Aufzählungen, ohne Bewertung.“

### **Prompt 2 – Muster & blinde Flecken**

„Basierend auf dieser Zusammenfassung: Welche Muster, Widersprüche oder blinden Flecken erkennst Du, die ich selbst möglicherweise nicht sehe? Sei ehrlich, klar und wohlwollend – ohne mich zu bestätigen.“

### **Prompt 3 – Ausblick & Fokus 2026**

„Auf Basis dieser Erkenntnisse: Formuliere für mich drei klare Jahresziele für 2026, drei Fokusfelder für das erste Quartal und einen Leitsatz, der mich durch 2026 trägt. Bitte pragmatisch, realistisch und führungsorientiert. Zusätzlich: Welchen Auftrag würde ich einem professionellen Coach stellen?“

*Hinweis:* Diese Reflexion ersetzt keine Entscheidung – sie schafft Klarheit, auf deren Basis Du bewusst führst.