



DAS  
PERSONAL  
**BEST**  
PROJEK  
2020

[WWW.VOCALLABORATORIUM.CH](http://WWW.VOCALLABORATORIUM.CH)

BIOTOP  
[ BÍOS - LEBEN ]  
[ TÓPOS - ORT ]  
EIN BESTIMMTER  
LEBENSRAUM

DEFINITION

## NOTIZEN-AHA-MOMENTE

[ ... sammeln ]

Mache dir beim Durcharbeiten Notizen. Dinge, die du nicht vergessen möchtest, persönliche Gedanken und Assoziationen, Aha-Momente.

Diese Notizen helfen dir am Ende dieses Arbeitsblatt eine Zusammenfassung zu erstellen, deine ganz und sehr persönliche, komprimierte Schatzkiste.

Die Notizen kannst du später abheften und die wichtigsten Punkte zur Übersicht sofort sichtbar machen.

Später kannst du diese Blätter zur Erinnerung und Auffrischung immer wieder überfliegen.  
Ahaaaaaaaaaa.....

# ATMOSPHERE

[ ATMÓS - DUNST - HAUCH ]  
[ SPHAIRA - KUGEL ]

DEFINITION

## PRIVATE UMFELDDANALYSE 2.0

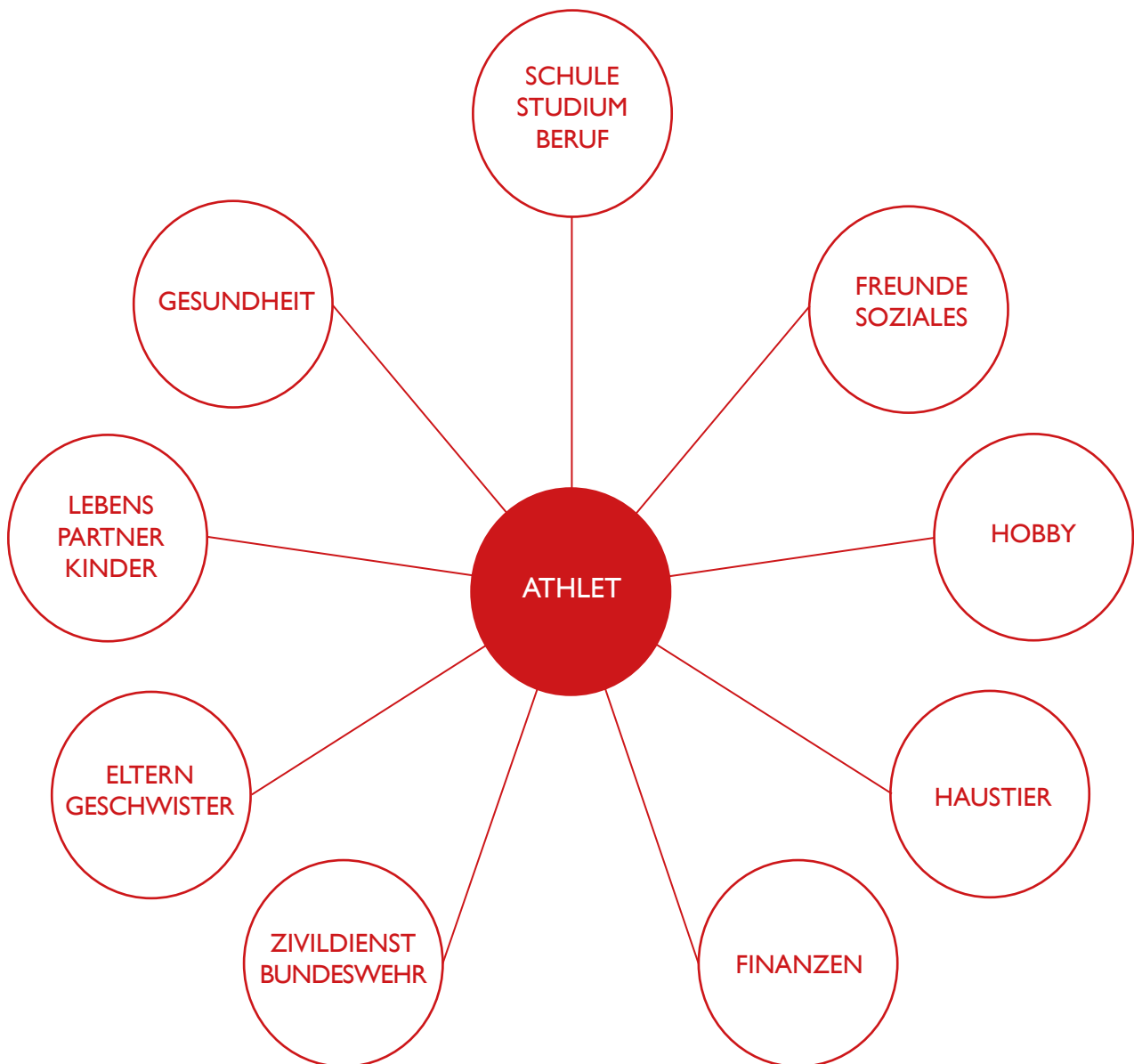
### [ ... die Beteiligten ]

Wie du schon weisst, müssen wir uns für jedes Ziel fragen, ob bestimmte, entscheidende Grundvoraussetzungen vorhanden sind.

Wir müssen lernen uns selbst genau einzuschätzen, aber auch unser Umfeld. Sowohl das professionelle als auch private Umfeld.

Stelle dir dein Umfeld wie dein persönliches Biotop, wie eine Atmosphäre vor, in der Leben entstehen und sich entwickeln kann oder auch nicht...

Schaue dir als Beispiel das Gefüge eines Athleten an. Es soll dir als Anregung dienen. Viele Bereiche wirst du auch dir zuordnen können, manche nicht...



EINE ATMOSPHERE  
IST EINE SPEZIFISCHE HÜLLE.  
DIE LUFTHÜLLE DER ERDE  
UMGIBT DEN PLANETEN  
WIE EINE DÜNNE HAUT.  
SIE BESTEHT AUS EINEM  
GEMISCH VON GASEN.

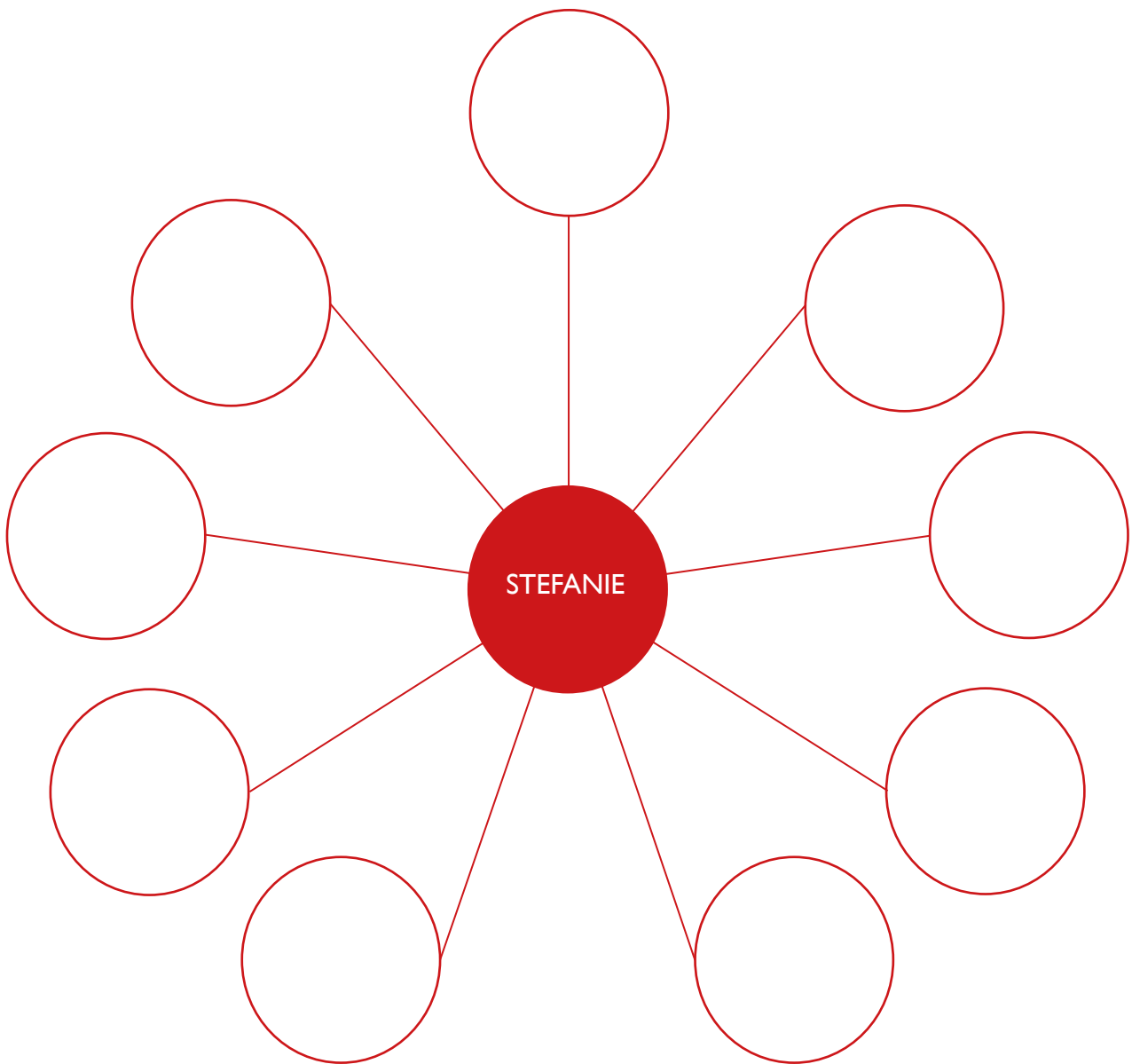
DEFINITION

## STEFANIES BIOTOP 2.0

[ ... deine Welt ]

Im 6-UN-VER-HAN-DEL-BA-REN Arbeitsblatt hast du schon ein Brainstorming gemacht, welches wir jetzt vertiefen wollen. Du solltest unter dem Punkt **Fähigkeit** schon einiges zusammengetragen haben.

Übertrage jetzt die Antworten, welche du deinem privaten Umfeld zuordnen kannst in die noch leere Struktur des untenstehenden Moleküls ein.  
**Yihaaaaa... Stifte raus!!**



## BIOTOP RANKING

[ ... tataaaa...tataaaa ]

FANGEN WIR MIT DEINEM ERSTEN THEMA AN. BEWERTE ES MIT EINER NOTE ZWISCHEN 1-10.  
WOBEI 10 DIE HÖCHSTE PUNKTZAHL = ALLES TOLL UND 1 DIE GERINGSTE PUNKTZAHL = MISERABLE BEDEUTET.

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?



---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?

---

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

WAS LÄUFT GUT?

WAS LÄUFT SCHLECHT?

WAS WILLST DU VERÄNDERN? MIT WELCHEN STRATEGIEN?

## CHECK & BILANZ

[ ... wo stehst du im Moment]

Nochmal... wir müssen keine Perfektion erreichen, Perfektion ist unerreichbar. Es geht um Erkennen für mehr Ausgelichenheit, Lebensqualität um Leichtigkeit, Freude, Leidenschaft und Lebenslust.

Oder wie Bruce Lee so wunderbar formuliert hat:  
The Ultimate Mastery of any Art is Self Knowledge.

**Herzlichen Glückwunsch! Das war ein Brocken!!!**

**MACHE JETZT NOCH EINMAL EIN ZUSAMMENFASSENDES RESÜMEE UND DANN GEHT ES WEITER .....**



THE ULTIMATE  
MASTERY OF ANY ART  
IS SELF KNOWLEDGE.

BRUCE LEE