

Nina Deißler

**365**

# FRAGEN

*zum Neudenken*

365 Fragen, die Dein Leben verändern werden:  
Persönlichkeitsentwicklung und Veränderung  
mit Inspiration und neuen Gedanken.

## *Du bist in guter Gesellschaft:*

In den letzten 20 Jahren habe ich über 8.000 Menschen trainiert, gecoacht und beraten.

Meine 12 Bücher im Buchhandel haben weit über 250.000 Leser begeistert und mit über 1.000 TV- und Radio-Auftritten bin ich Deutschlands führende Expertin in Sachen Flirten, Dating und Beziehungsanbahnung.

Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein gehören dabei zu den wichtigsten Schlüssel zum Erfolg - und dieses Buch ist eine der schönsten Möglichkeiten, Selbstbewusstsein zu stärken und aufzubauen.

## **Nina Deißler in der Presse:**

„Nina Deißler lässt keine Zweifel offen: Jedes Töpfchen findet sein Deckelchen, Liebe ist für alle da!“

Bild.de

„Flirt-Expertin Nina Deißler gibt unbezahlbare Ratschläge in Sachen Auftreten, Sprache und Selbstwahrnehmung.“

ZDF Mittagmagazin

"Nina weiß, wovon sie spricht!"

Fit for Fun



# HALLO!

Gratulation - das geht ja gut los!

Ich habe 365 Fragen für Dich zusammen gestellt, die Dein Leben verändern können.

## Wie geht das?

Tatsächlich beschäftigen wir uns tagein, tagaus überwiegend mit denselben Gedanken. Auf Dauer ist das doch ein bisschen langweilig...

Neue Fragen bringen neue Gedanken und neue Inspiration. Du erhältst ein besseres Gespür für Dich und Deine Welt und wirst so auch zu einem besseren Gesprächspartner.

Ob Du jeden Tag nur eine Frage beantwortest (zum Beispiel als Morgenritual oder als Tagesabschluss) oder jeden Tag ein paar, bleibt Dir überlassen.

## 365 Fragen

Einige der Fragen erscheinen vielleicht zunächst einfach - andere "komplex" - doch alleine die Beschäftigung damit wird Dich bereichern und Dir helfen, Dich selbst besser kennen zu lernen, besser wahrzunehmen und auch Dir klarer darüber zu werden, was Du vom Leben willst.

Bei den Fragen geht es nicht darum, wie **ich** sie gemeint haben könnte, sondern einzig darum, was **Du** erlaubst und bemerkst, in Dir auszulösen.

Demnach gibt es auch *keine falschen Antworten - nur neue Inspiration.*

Viel Spaß damit!

*Nina Deißler*

*Nina Deißler*

PS: Die Fragen können auch toll sein um jemand anderen kennen zu lernen!

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

## 1. Was begeistert Dich am Leben?

Antworte hier

## 2. Wie kurz müsste Dein Leben sein, bevor Du heute anders leben würdest, als bisher?

Antworte hier

## 3. Was bringt Dich zum Lächeln?

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

## 4. Wovon willst Du mehr in Deinem Leben?

Antworte hier

## 5. Wovon willst Du weniger in Deinem Leben?

Antworte hier

## 6. Welche Lektion im Leben hast Du "auf die harte Tour" gelernt?

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**7. Wie hast Du Dich in den letzten fünf Jahren selbst sabotiert?**

Antworte hier

**8. Was kannst Du heute tun, wozu Du vor einem Jahr noch nicht fähig warst?**

Antworte hier

**9. Denkst Du, dass Weinen ein Zeichen von Schwäche oder Stärke ist?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**10. Was würdest Du anders machen, wenn Du wüsstest, dass Dich niemand verurteilen würde?**

Antworte hier

**11. Was ist der Unterschied zwischen Leben und Existieren?**

Antworte hier

**12. Hast Du in letzter Zeit etwas Wichtiges getan, an das Du Dich erinnerst? Was und wie wird es Dein Leben beeinflussen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**13. Worüber ärgerst Du Dich immer wieder, obwohl Du es nicht ändern kannst?**

Antworte hier

**14. Was ist das Vernünftigste, was Du je von jemandem gehört hast?**

Antworte hier

**15. Wie sieht Freude für Dich aus?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**16. Ist es möglich zu lügen, ohne ein Wort zu sagen?**

Antworte hier

**17. Wenn Du einen Freund hättest, der mit Dir so spricht, wie Du manchmal mit Dir selbst, wie lange würdest Du ihm erlauben, Dein Freund zu sein?**

Antworte hier

**18. Worauf hättest Du vor 5 Jahren gerne mehr Zeit verwendet?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**19. Welche Aktivitäten lassen Dich die Zeit vergessen?**

Antworte hier

**20. Was würdest Du bereuen, wenn Du es in Deinem Leben nicht vollständig tun, sein oder haben könntest?**

Antworte hier

**21. Hältst Du Dich an etwas fest, das Du eigentlich loslassen müsstest?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**22. Wen liebst Du und wie zeigst Du das?**

Antworte hier

**23. Wenn Du 80 Jahre alt bist, was wird für Dich am wichtigsten sein?**

Antworte hier

**24. Mit welcher Deiner Überzeugungen stimmen viele wohl Leute nicht überein?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**25. Was ist der Unterschied zwischen Unschuld und Unwissenheit?**

Antworte hier

**26. Wann hast Du das letzte Mal etwas Neues ausprobiert?**

Antworte hier

**27. Wie alt denkst Du dass Du wärst, wenn Du nicht wüsstest, wie alt Du bist?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**28. Mit wem vergleichst Du Dich manchmal? Und worin?**

Antworte hier

**29. Würdest Du das Gesetz brechen, um einen geliebten Menschen zu retten?**

Antworte hier

**30. Wie definierst Du Erfolg?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**31. Wenn Du die Möglichkeit hättest, einer großen Gruppe von Menschen eine Botschaft zu vermitteln, was wäre Deine Botschaft?**

Antworte hier

**32. Wenn die durchschnittliche Lebenserwartung der Menschen 40 Jahre wäre, wie würdest Du Dein Leben anders leben?**

Antworte hier

**33. Was haben wir alle gemeinsam, außer unseren Genen, was uns menschlich macht?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**34. Wenn Du ein Buch als Pflichtlektüre für alle Schüler wählen könntest, welches Buch würdest Du wählen - und warum?**

Antworte hier

**35. Feierst Du die Dinge, die Du hast?**

Antworte hier

**36. Wenn Du die nächsten 24 Stunden leben und Du dann löschen und nochmal neu anfangen könntest, was würdest Du tun?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**37. Hättest Du lieber weniger oder mehr Arbeit, die Dir Spaß macht?**

Antworte hier

**38. Was ist schlimmer, wenn man scheitert oder wenn man es nie versucht?**

Antworte hier

**39. Was ist wichtig genug, um dafür in den Krieg zu ziehen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**40. Wann hast Du das letzte Mal bewusst Deinen Herzschlag gespürt?**

Antworte hier

**41. Was ist etwas, von dem du weißt, dass Du es anders machst als die meisten anderen Menschen?**

Antworte hier

**42. Was bedeutet der Satz „Die Würde des Menschen ist unantastbar“ für Dich?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**43. Wenn Du einem Neugeborenen einen Rat geben könntest, welchen würdest Du ihm geben?**

Antworte hier

**44. Wärs Du lieber ein besorgtes Genie oder ein fröhlicher Dummkopf?**

Antworte hier

**45. Wo findest Du Inspiration?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**46. Ist Stehlen, um ein hungerndes Kind zu ernähren, falsch?**

Antworte hier

**47. Was ist die wünschenswerteste Eigenschaft, die ein anderer Mensch besitzen kann?**

Antworte hier

**48. Wofür bist Du sehr dankbar?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**49. Was willst Du am meisten?**

Antworte hier

**50. Stellst Du oft Fragen oder gibst Du Dich mit dem zufrieden, was Du weißt?**

Antworte hier

**51. Was hat Dich das Leben in letzter Zeit gelehrt?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**52. Wenn Du eine Sache an der Welt ändern könntest, was wäre das?**

Antworte hier

**53. Kannst Du Dein Leben in einem Satz mit maximal acht Worten beschreiben?**

Antworte hier

**54. Wenn wir aus unseren Fehlern lernen, warum haben wir dann immer Angst, einen Fehler zu machen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**55. Welchen Einfluss willst Du auf die Welt um Dich herum haben?**

Antworte hier

**56. Was ist der bisher schönste Moment in Deinem Leben?**

Antworte hier

**57. Was siehst Du in der Eile Deines täglichen Lebens meistens nicht?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**58. Wenn das Leben so kurz ist, warum tun wir dann so viele Dinge, die wir nicht mögen und mögen so viele Dinge, die wir nicht tun?**

Antworte hier

**59. Hast Du jemals etwas bereut, was Du nicht gesagt oder getan hast?**

Antworte hier

**60. Was hebt Deine Stimmung, wenn das Leben Dich mal runterzieht?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**61. Warum denken wir am meisten an andere wenn sie weg sind?**

Antworte hier

**62. Was ist Deine liebste Kindheitserinnerung?**

Antworte hier

**63. Ist Deine größte Angst jemals wahr geworden?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**64. Ist es wichtiger zu lieben oder geliebt zu werden?**

Antworte hier

**65. Wenn laut Karma alles was Du "aussendest" irgendwie zu Dir zurückkommt:  
Würde Dir das nützen oder schaden?**

Antworte hier

**66. Gibst Du Dir mehr Mühe, die Dinge richtig zu machen, oder die richtigen Dinge zu tun?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**67. Was ist der Unterschied zwischen „Lieben“ und „Verliebt sein“?**

Antworte hier

**68. Wenn ein Arzt Dir "5 Jahre zu leben" geben würde, was würdest Du versuchen in dieser Zeit zu erreichen?**

Antworte hier

**69. Wenn Du die Chance hättest, in der Zeit zurück zu gehen und eine Sache zu ändern, würdest Du es tun? Und was?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**70. Wer, glaubst Du, steht zwischen Dir und dem Glück – und warum?**

Antworte hier

**71. Wenn Du etwas lehren müsstest, was würdest Du lehren?**

Antworte hier

**72. Was ist die einfachste Wahrheit, die Du in Worten ausdrücken kannst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**73. Was gibt Deinem Leben einen Sinn?**

Antworte hier

**74. Gibt es so etwas wie „perfekt“?**

Antworte hier

**75. Kann es Glück ohne Traurigkeit oder Unglück geben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**76. Wann fühlst Du Dich am meisten wie Du selbst?**

Antworte hier

**77. Wenn Du wählen müsstest: Würdest Du eher alle Deine alten Erinnerungen verlieren oder nie neue haben können?**

Antworte hier

**78. Woran erkennst Du, dass es notwendig ist, mit der Berechnung von Risiko und Lohn aufzuhören und einfach das zu tun, von dem Du weißt, das es richtig ist?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**79. Was bedeutet es, ein Mensch zu sein?**

Antworte hier

**80. Was ist die eine Sache, an die sich andere am Ende Deines Lebens erinnern sollen?**

Antworte hier

**81. In welchem Maße hast Du den Verlauf Deines Lebens tatsächlich bestimmt?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**82. Welche persönlichen Gefängnisse hast Du Dir aus Angst gebaut?**

Antworte hier

**83. Was glaubst Du, was Du in zehn Jahren tun wirst?**

Antworte hier

**84. Was liebst Du am meisten an Dir selbst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**85. Welchen kleinen Akt der Freundlichkeit hast Du einmal gezeigt, den Du nie vergessen wirst?**

Antworte hier

**86. Besitzt Du Deine Sachen oder besitzen Deine Sachen Dich?**

Antworte hier

**87. Wenn Dein Leben ein Roman wäre, was wäre der Titel und wie würde Deine Geschichte enden?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**88. Was besitzt Du, ohne das Du nicht leben könntest?**

Antworte hier

**89. Was von dem, was Du gelernt hast, nützt Dir täglich?**

Antworte hier

**90. Was sind Deine fünf wichtigsten persönlichen Werte?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**91. Kannst Du Dir eine Situation vorstellen, wo Du jemanden sehr liebst und ihn dennoch oder gerade deswegen gehen lassen musst?**

Antworte hier

**92. Was siehst Du, wenn Du die Augen schließt?**

Antworte hier

**93. Feierst Du manchmal, wenn Du eine „grüne Welle“ im Straßenverkehr hast?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**94. Wenn Du die berühmten 3 Wünsche bei der Fee frei hättest, welche wären das?**

Antworte hier

**95. Mit welchen drei Worten würdest Du die letzten drei Monate Deines Lebens beschreiben?**

Antworte hier

**96. Wo würdest Du am liebsten leben und warum?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**97. Was hast Du noch nicht getan, was Du wirklich tun willst?**

Antworte hier

**98. Warum bist Du Du?**

Antworte hier

**99. Wenn Du eine neue Eigenschaft an Dir „herbeizaubern“ könntest, welche wäre das?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**100. Was ist das Wichtigste, was Du jetzt in Deinem Leben tun könntest?**

Antworte hier

**101. Ist es jemals richtig, das Falsche zu tun? Ist es jemals falsch, das Richtige zu tun?**

Antworte hier

**102. Wie würdest Du "Freiheit" in Deinen eigenen Worten beschreiben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**103. Ist es wichtiger, das zu tun, was man liebt oder zu lieben, was man tut?**

Antworte hier

**104. Wenn Du einer Person, egal ob lebendig oder tot, eine Frage stellen könntest, wen würdest Du fragen und was würdest Du fragen?**

Antworte hier

**105. Was macht momentan für Dich das Leben persönlich lebenswert?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**106. Was ist Dein wichtigstes Ziel für die nächsten sechs Monate?**

Antworte hier

**107. Wenn Glück die Währung wäre, welche Art von Arbeit würde Dich reich machen?**

Antworte hier

**108. Würdest Du jemals Dein Leben aufgeben, um jemand anderen zu retten?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**109. Was bedeutet „Frieden“ für Dich?**

Antworte hier

**110. Was sind drei moralische Regeln, die Du nie brechen wirst?**

Antworte hier

**111. Was bedeutet es, einer anderen Person zu erlauben, Dich wirklich zu lieben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**112. Was würdest Du auch nicht für 1.000.000.000 Euro in bar aufgeben?**

Antworte hier

**113. An wen oder was denkst Du, wenn Du an die Liebe denkst?**

Antworte hier

**114. Was ist Deine größte Herausforderung?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**115. Woher weißt Du, wann es Zeit ist, weiter an etwas festzuhalten oder loszulassen?**

Antworte hier

**116. Wenn Dir jemand den genauen Tag und die genaue Uhrzeit Deines Todes sagen könnte, würdest Du dann wollen, dass man es Dir sagt?**

Antworte hier

**117. Was könntest Du mit den Ressourcen, die Du gerade hast, tun, um Dich Deinem Ziel näher zu bringen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**118. Welche Vorteile hat Religion aus Deiner Sicht für Menschen? Welche Nachteile?**

Antworte hier

**119. Wenn Du einen Tag Deines Lebens noch einmal leben könntest, welchen Tag würdest Du wählen?**

Antworte hier

**120. Was hast Du in letzter Zeit online gelesen, das Dich inspiriert hat?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**121. Wenn Du dieses Leben morgen verlassen würdest, wie würde man sich an Dich erinnern?**

Antworte hier

**122. Jenseits der Titel und Namen, die andere Dir gegeben haben, wer bist Du?**

Antworte hier

**123. Ist es möglich, die Wahrheit zu erkennen, ohne sie vorher in Frage zu stellen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**124. Worüber bist Du Dir in Deinem Leben sicher?**

Antworte hier

**125. Was an Dir findest Du schön?**

Antworte hier

**126. Welches Wort beschreibt am besten, wie Du den letzten Monat verbracht hast?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**127. Was bringt Deiner Erfahrung nach jeden zum Lächeln?**

Antworte hier

**128. Was wäre Dein „Unbezahlbar“ Mastercard-Werbespot?**

Antworte hier

**129. Was schuldest Du Dir selbst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**130. Sei ehrlich: Wenn Du jemandem hilfst, denkst Du oft daran, wie der andere das wiedergutmachen wird?**

Antworte hier

**131. Was kann man mit Geld nicht kaufen?**

Antworte hier

**132. Wenn ich Dir einen Wunsch erfüllen könnte, was würdest Du Dir wünschen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**133. Kannst Du Dir Bedingungen vorstellen, unter denen etwas für Dich momentan noch Unmögliches doch möglich würde?**

Antworte hier

**134. Welche einfache Tatsache wünschst Du Dir, dass mehr Menschen verstehen würden?**

Antworte hier

**135. Wie hast Du Dich in den letzten fünf Jahren verändert?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**136. Wann bist Du zufrieden mit Dir selbst?**

Antworte hier

**137. Wenn Du an „Zuhause“ denkst, woran denkst Du konkret?**

Antworte hier

**138. Was ist der Unterschied zwischen „sich mit etwas zufriedengeben“ und „akzeptieren, wie die Dinge sind“?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**139. Wem Deiner Freunde würdest Du Dein Leben anvertrauen?**

Antworte hier

**140. Was ist Deine Definition von „Himmel“?**

Antworte hier

**141. Was ist Deine Definition von „Hölle“?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**142. Was ist Dein wertvollster Besitz?**

Antworte hier

**143. Wie würdest Du Dich in einem Satz beschreiben?**

Antworte hier

**144. Was steht zwischen Dir und dem Glück?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**145. Was macht einen Menschen schön?**

Antworte hier

**146. Was macht Dich stolz?**

Antworte hier

**147. Gibt es einen Zeitpunkt, wo es sinnvoll ist, aufzugeben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**148. Was ist die größte Lüge, die Du einst für wahr hieltest?**

Antworte hier

**149. Wie findest Du die Kraft, das zu tun, was in Deinem Herzen richtig ist?**

Antworte hier

**150. Wo kommst Du innerlich zur Ruhe?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**151. Wann hast Du hart gearbeitet und jede Minute davon geliebt?**

Antworte hier

**152. Was würdest Du tun, wenn Du einen Fehler machst und deshalb jemand stirbt?**

Antworte hier

**153. Ist es besser, geliebt und verloren zu haben oder nie geliebt zu haben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**154. Wem vertraust Du und warum?**

Antworte hier

**155. Wann vermittelt Stille mehr Bedeutung als Worte?**

Antworte hier

**156. Wenn Du gezwungen wärst, jeden physischen Besitz aus Deinem Leben abzugeben, mit Ausnahme dessen, was in einen einzigen Rucksack passen könnte - was würdest Du da reinpacken?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**157. Wie verbringst Du den Großteil Deiner Freizeit?**

Antworte hier

**158. An wen denkst Du zuerst, wenn Du an „Erfolg“ denkst?**

Antworte hier

**159. Was wolltest Du werden, als Du klein warst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**160. Wie wäre die Welt anders, wenn Du nie geboren worden wärst?**

Antworte hier

**161. Wie wird es heute in fünf Jahren für Dich aussehen?**

Antworte hier

**162. Wie hast Du in letzter Zeit jemand anderem geholfen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**163. Was ist Deine größte Fähigkeit?**

Antworte hier

**164. Musst Du sehen, um zu glauben oder glauben, um zu sehen?**

Antworte hier

**165. Wie verfolgst Du gerade Deine Träume?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**166. Was ist der nächste große Schritt, den Du tun musst?**

Antworte hier

**167. Wenn heute der letzte Tag Deines Lebens wäre, würdest Du das tun wollen, was Du heute tust?**

Antworte hier

**168. Wenn heute der letzte Tag Deines Lebens wäre, wen würdest Du anrufen und was würdest Du ihnen sagen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**169. Von wem träumst Du?**

Antworte hier

**170. Was ist ein Nachteil der modernen Welt?**

Antworte hier

**171. Was fällt Dir schwer, klar zu sehen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**172. Worauf freust Du Dich?**

Antworte hier

**173. Was willst Du erreichen, bevor Du stirbst?**

Antworte hier

**174. Wann ist Liebe eine Schwäche?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**175. Was war bisher der schrecklichste Moment in Deinem Leben?**

Antworte hier

**176. Wer ist die stärkste Person, die Du kennst? Warum er/sie?**

Antworte hier

**177. Wenn Du ein einziges Foto von Deinem Leben machen könntest, wie würde es aussehen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**178. Wann hast Du mal was riskiert, wo die Belohnung das Risiko wert war?**

Antworte hier

**179. Kennst Du den Spruch „The best things in life are free“? Was bedeutet das für Dich – welche Dinge sind das?**

Antworte hier

**180. Was ist Dein Lieblingslied und warum?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**181. Was hast Du im letzten Jahr getan, das Dich stolz macht?**

Antworte hier

**182. Was hast Du in letzter Zeit gelernt, das Dein Leben verändert hat?**

Antworte hier

**183. Was ist Deine schönste Erinnerung der letzten drei Jahre?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**184. Was sind aus Deiner Sicht die Hauptbestandteile eines glücklichen Lebens?**

Antworte hier

**185. Was sind Deine drei wichtigsten Prioritäten im Leben?**

Antworte hier

**186. Warum bewundern wir Sportler?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**187. Was ist das Schönste, was jemand je für Dich getan hat?**

Antworte hier

**188. Wann hast Du das letzte Mal die Beherrschung verloren? Worüber?**

Antworte hier

**189. Warum bist Du wichtig?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**190. Was ist die wertvollste Lektion, die Du von Deinen Eltern gelernt hast?**

Antworte hier

**191. Wie fühlt sich Liebe an?**

Antworte hier

**192. Was sind Deine liebsten "kleinen Sünden"?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**193. Wenn Du in der Zeit zurückgehen und einer jüngere Version von Dir etwas erzählen könntest, was würdest Du ihr sagen?**

Antworte hier

**194. Was machst Du, um andere bewusst zu beeindrucken?**

Antworte hier

**195. Was wirst Du nie tun?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**196. Wen liebst Du ohne „romantische Absichten“?**

Antworte hier

**197. Was ist Deine früheste Kindheitserinnerung?**

Antworte hier

**198. Welches Buch hat Dein Leben stark beeinflusst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**199. Auf welche drei Fragen würdest Du gerne die Antworten wissen?**

Antworte hier

**200. Was geht Dir in letzter Zeit am meisten im Kopf herum?**

Antworte hier

**201. Was war der größte Gruppenzwang, den Du je verspürt hast?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**202. Was glaubst Du, worauf es sich lohnt zu warten?**

Antworte hier

**203. Was hast Du in Deinem Leben getan, das jemand anderen verletzt hat?**

Antworte hier

**204. Was ist das Beste am Älterwerden?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**205. Welche Chance hättest Du Dir gewünscht?**

Antworte hier

**206. Wo würdest Du gerne sonst noch wohnen, wenn Du könntest? Warum?**

Antworte hier

**207. Was motiviert Dich, jeden Tag zur Arbeit zu gehen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**208. Was hättest Du im Nachhinein gerne anders gemacht?**

Antworte hier

**209. Was ist Deine größte Stärke und was Deine größte Schwäche?**

Antworte hier

**210. Wann hast Du das letzte Mal gelogen? Worüber hast Du gelogen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**211. Was hat Dich diese Woche zum Lächeln gebracht?**

Antworte hier

**212. Was machst Du mit dem Großteil Deines Geldes?**

Antworte hier

**213. Was motiviert Dich, Dein Bestes zu geben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**214. Was wirst Du nie aufgeben?**

Antworte hier

**215. Wenn Du in die Vergangenheit schaust, was vermisst Du am meisten?**

Antworte hier

**216. Was macht Dich wütend? Warum?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**217. Wie würdest Du das vergangene Jahr Deines Lebens in einem Satz beschreiben?**

Antworte hier

**218. Was war die spontanste Sache, die Du je gemacht hast?**

Antworte hier

**219. Was ist Dir unangenehm?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**220. Wenn Du 5.000 Kilometer weit wegziehen müsstest, was würdest Du am meisten vermissen?**

Antworte hier

**221. Was beunruhigt Dich an der Zukunft?**

Antworte hier

**222. Was willst Du in den nächsten zwölf Monaten erreichen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**223. Welche Erfahrungen musstest Du selbst machen, bevor Du die „Lehre“ dahinter vollständig verstanden hast?**

Antworte hier

**224. Gefällt Dir der Ort, in dem Du lebst? Warum oder warum nicht?**

Antworte hier

**225. Was ist das Beste daran, Du zu sein?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**226. Wenn Du auf den letzten Monat zurückblickst, welcher einzelne Moment sticht heraus?**

Antworte hier

**227. Welche Frage stellst Du Dir oft?**

Antworte hier

**228. Was tust Du, um Stress abzubauen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**229. Was ist Deine glücklichste Erinnerung?**

Antworte hier

**230. Was ist Deine traurigste Erinnerung?**

Antworte hier

**231. Was an Deinem Leben möchtest Du ändern?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**232. Was ist die beste Entscheidung, die Du je getroffen hast?**

Antworte hier

**233. Was ist Deine Lieblingsgeschichte, die Du gerne mit anderen teilst?**

Antworte hier

**234. Was willst Du im Moment am meisten?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**235. Was sorgt dafür, dass die Liebe bleibt?**

Antworte hier

**236. Was nützt Leiden?**

Antworte hier

**237. Was ist die wichtigste Lektion, die Du im letzten Jahr gelernt hast?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**238. Auf der Grundlage Deiner aktuellen täglichen Handlungen und Routinen, wo würdest Du erwarten, in fünf Jahren zu sein?**

Antworte hier

**239. Durch alle Wendungen des Lebens, wer war für Dich da?**

Antworte hier

**240. Was war Deine letzte große Leistung?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**241. Was oder wer hat Dich abgelenkt von einem Ziel, das Dir wichtig war?**

Antworte hier

**242. Worauf freust Du Dich in der kommenden Woche?**

Antworte hier

**243. Wer ist für Dich ein Mentor und was hast Du von ihm gelernt?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**244. Worüber bist Du Dir unsicher?**

Antworte hier

**245. Woran denkst Du, wenn Du nicht schlafen kannst?**

Antworte hier

**246. Was wissen die meisten Menschen nicht über Dich?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**247. Wenn Du ungeplant Stunde Freizeit hast, was tust Du dann für gewöhnlich?**

Antworte hier

**248. Was macht Dich „seltsam“?**

Antworte hier

**249. Wenn Du den gestrigen Tag noch einmal erleben könntest, was würdest Du anders machen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**250. Was machst Du immer und immer wieder, obwohl Du es hasst?**

Antworte hier

**251. Worauf freust Du Dich heute am meisten?**

Antworte hier

**252. Welche Unwahrheit erzählst Du öfter?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**253. Was ist die größte Veränderung im letzten Jahr in Deinem Leben?**

Antworte hier

**254. Was verstehst Du heute über Dein Leben, das Du vor einem Jahr noch nicht verstanden hast?**

Antworte hier

**255. Auf wessen Leben hast/hattest Du den größten Einfluss?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**256. Was hat Dich das Leben in der vergangen Woche gelehrt?**

Antworte hier

**257. Wer beeindruckt Dich und womit?**

Antworte hier

**258. Was hast Du getan, worauf Du nicht stolz bist?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**259. Wann solltest Du ein Geheimnis verraten, das Du versprochen hast, nicht zu verraten?**

Antworte hier

**260. Wie würdest Du Deinen „idealen Tag“ verbringen?**

Antworte hier

**261. Was ist für Dich die wichtigste Charaktereigenschaft bei Menschen, die Dir nah sind, und warum?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**262. Was bewunderst Du am meisten an Deiner Mutter?**

Antworte hier

**263. Was bewunderst Du am meisten an Deinem Vater?**

Antworte hier

**264. Was ist der beste Rat, den Du je von jemandem bekommen hast?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**265. Wenn Du ewig leben könntest, würdest Du das wollen? Warum - oder warum nicht?**

Antworte hier

**266. Wenn Du einen Tag lang jemand anderes sein müsstest, wer wärest Du dann und warum?**

Antworte hier

**267. Welche positiven Veränderungen hast Du in letzter Zeit in Deinem Leben vorgenommen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**268. Wer schafft es immer wieder, dass Du Dich gut fühlst?**

Antworte hier

**269. Was bedauerst Du?**

Antworte hier

**270. Welche Pflicht würdest Du gerne loswerden?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**271. Was ist es, das Du nicht gerne tust und worin Du trotzdem gut bist?**

Antworte hier

**272. Welche Art von Person ärgert Dich am meisten?**

Antworte hier

**273. Was fehlt in Deinem Leben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**274. Was ist Deine auffälligste körperliche Eigenschaft?**

Antworte hier

**275. Was hat Dich vor dem Scheitern bewahrt?**

Antworte hier

**276. Wem möchtest Du am liebsten gefallen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**277. Wenn Du in der Zeit zurückgehen und die Dinge ändern könntest, was würdest Du an der vergangenen Woche ändern?**

Antworte hier

**278. Wenn Du jemanden zum ersten Mal triffst, was soll er dann über Dich denken?**

Antworte hier

**279. Was ist Deine glücklichste Kindheitserinnerung? Was macht sie so besonders?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**280. Wem würdest Du gerne vergeben?**

Antworte hier

**281. Wann hast Du Dich in den letzten fünf Jahren verloren und allein gefühlt?**

Antworte hier

**282. Was ist eine Gelegenheit, von der Du glaubst, dass Du sie verpasst hast als Du jünger warst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**283. Wer ist von Dir abhängig?**

Antworte hier

**284. Wer hatte den größten Einfluss auf Dein Leben?**

Antworte hier

**285. Bist du glücklich damit, wo Du in Deinem Leben bist? Warum?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**286. In einem Jahr von heute an, wie denkst Du, wird dein Leben anders sein?**

Antworte hier

**287. Was ist der Schlüssel, um die Welt zu retten?**

Antworte hier

**288. Wie hast Du, außer Geld, noch von Deinem jetzigen Job profitiert?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**289. Wen beneidest Du heimlich? Worum?**

Antworte hier

**290. Woran willst Du Dich in zwanzig Jahren erinnern?**

Antworte hier

**291. Worauf freust Du Dich im Moment am meisten in Deinem Leben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**292. Welche Erfahrungen aus dem vergangenen Jahr schätzt Du am meisten?**

Antworte hier

**293. Wie viele Stunden Fernsehen siehst Du in einer Woche? Einem Monat? Einem Jahr?**

Antworte hier

**294. Was hat Dir in den letzten drei Jahren am meisten Spaß gemacht?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**295. Was ist das größte Hindernis, das Dir im Moment im Weg steht?**

Antworte hier

**296. Wo tust Du manchmal so, als ob Du verstehst, obwohl Du es in Wirklichkeit nicht verstehst?**

Antworte hier

**297. Was gefällt Dir an Deinem Job am besten? Was am wenigsten?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**298. Was ist etwas Neues, das Du kürzlich über Dich selbst gelernt hast?**

Antworte hier

**299. Was war im vergangenen Jahr der prägendste Moment in Deinem Leben?**

Antworte hier

**300. In einem Satz, wie würdest Du Deine Beziehung zu Deiner Mutter beschreiben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**301. Was ist die wichtigste Veränderung, die Du in Deinem Leben in den nächsten zwölf Monaten vornehmen musst?**

Antworte hier

**302. Was ist Dein Lieblingsgeräusch?**

Antworte hier

**303. Was gibt Dir Sicherheit?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**304. Was sind die drei besten Eigenschaften, die Du bei einem Freund suchst?**

Antworte hier

**305. Welche einfache Geste hast Du kürzlich erlebt, die Deinen Glauben an die Menschheit verbessert hat?**

Antworte hier

**306. Was war das Letzte, was Dich zum Lachen gebracht hat?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**307. Was ist Dein Lieblingsgeruch?**

Antworte hier

**308. Mit einem Wort, wie würdest Du Deine Kindheit beschreiben?**

Antworte hier

**309. Welche Erinnerung lässt Dich am meisten lächeln?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**310. Welche Berühmtheit(en) bewunderst Du? Warum?**

Antworte hier

**311. Welche Musik hörst Du, um Deine Stimmung zu heben wenn Du Dich niedergeschlagen fühlst?**

Antworte hier

**312. Was ist im Moment der wichtigste Motivator in Deinem Leben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**313. Wenn ich Dir 1.000 Euro gebe und Dir sage, dass Du es heute ausgeben musst, was würdest Du kaufen?**

Antworte hier

**314. Wer war die letzte Person, zu der Du "Ich liebe Dich" gesagt hast?**

Antworte hier

**315. Was ist Deine größte Phobie?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**316. Was war das letzte Kompliment, das Du erhalten hast?**

Antworte hier

**317. Wie viele Freunde hast Du im wirklichen Leben mit denen Du regelmäßig sprichst?**

Antworte hier

**318. Wie viel Geld pro Monat ist genug, damit Du bequem leben kannst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**319. Wann war Dein erster Eindruck von jemandem völlig falsch?**

Antworte hier

**320. Wie viele Stunden pro Woche verbringst Du online?**

Antworte hier

**321. Was liebst Du zu tun?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**322. Für welche Charaktereigenschaft möchtest Du bekannt sein?**

Antworte hier

**323. Welche herausragende Charaktereigenschaft macht jemanden zu einem guten Anführer?**

Antworte hier

**324. Bist Du mehr wie Deine Mutter oder Dein Vater? Inwiefern?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**325. Welche schlechten Angewohnheiten willst Du Dir abgewöhnen?**

Antworte hier

**326. Was ist Dein Lieblingsort auf der Erde?**

Antworte hier

**327. Was praktizierst Du gerne?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**328. Worin bist Du Experte?**

Antworte hier

**329. Wie würden 1.000 Euro zusätzlich pro Monat Dein Leben verändern?**

Antworte hier

**330. Welche Dinge im Leben sollten grundsätzlich nicht (ver)käuflich sein?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**331. Was ist Deine Lieblingsjahreszeit oder Dein Lieblingsmonat?**

Antworte hier

**332. Was ist etwas, das Du schon immer wolltest, seit Du ein Kind warst?**

Antworte hier

**333. Was ist der letzte Traum, an den Du Dich erinnerst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**334. Was verwirrt Dich immer wieder?**

Antworte hier

**335. Inwiefern bist Du Dein eigener, schlimmster Feind?**

Antworte hier

**336. Wann hast Du Dich nicht gemeldet, als Du es hättest tun sollen?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**337. Was ist Dein Lieblingszitat?**

Antworte hier

**338. Was ist Deine liebste fiktive Geschichte? (Roman, Film, Märchen, etc.)**

Antworte hier

**339. Wohin oder an wen wendest Du Dich, wenn Du einen guten Rat brauchst?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**340. Welches künstlerische Medium verwendest Du, um Dich auszudrücken?**

Antworte hier

**341. Wer oder was ist der größte Feind der Menschheit?**

Antworte hier

**342. Was wünschst Du Dir, früher im Leben getan zu haben?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**343. Wann warst Du in Deinem Leben am nächsten an „Todesangst“ und wodurch? Was hat sich dadurch für Dich verändert?**

Antworte hier

**344. Wie gehst Du mit Isolation und Einsamkeit um?**

Antworte hier

**345. Wovon weißt Du gut genug, um anderen etwas beibringen zu können?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**346. Was ist eine schnelle Entscheidung, die Du einmal getroffen hast und die Dein Leben verändert hat?**

Antworte hier

**347. Was macht das Leben leichter für Dich?**

Antworte hier

**348. Woran hast Du in letzter Zeit das Interesse verloren?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**349. Was war das Letzte, worüber Du Dich mit jemandem gestritten hast?**

Antworte hier

**350. Welchen Job würdest Du nie machen, egal wie viel man Dir bezahlt?**

Antworte hier

**351. Worauf könnte die Menschheit durchaus verzichten?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**352. Was stresst Dich?**

Antworte hier

**353. Was hast Du letzte Woche gemacht, das unvergesslich war?**

Antworte hier

**354. Wo verbringst Du die meiste Zeit, während Du wach bist?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**355. Was macht jemanden zum Helden?**

Antworte hier

**356. Worüber freust Du Dich im Moment am meisten in Deinem Leben?**

Antworte hier

**357. Wann bist Du in Deinem Leben Opfer von Stereotypen oder Vorurteilen geworden?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**358. Wann hattest Du das letzte Mal Glück?**

Antworte hier

**359. Was ist das Unsensibelste, was ein Mensch tun kann?**

Antworte hier

**360. Wann hast Du zum ersten Mal erkannt, dass das Leben kurz ist?**

Antworte hier

# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**361. Was kann jemand tun, um Deine Aufmerksamkeit zu erregen?**

Antworte hier

**362. Wenn Du eine Sache noch einmal machen könntest, was wäre das und was würdest Du ändern?**

Antworte hier

**363. Woran denkst Du normalerweise auf Deiner Heimfahrt von der Arbeit?**

Antworte hier

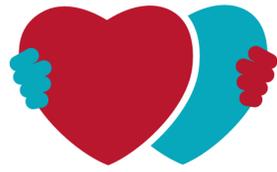
# 365 FRAGEN, DIE DEIN LEBEN VERÄNDERN

**364. Wie würdest Du Deine Zukunft in drei Worten beschreiben?**

Antworte hier

**365. Worauf wartest Du noch? Wie schreibst Du Deine Lebensgeschichte?**

Antworte hier



*Nina  
Deißler*

## MEHR VOM GUTEN?

Dein Leben verändert sich nicht von allein zum Guten.

Doch Du kannst etwas dafür tun. Jeden Tag.  
Nicht nur denken, sondern auch handeln,  
lautet die Devise!

Kannst Du Unterstützung gebrauchen?

Dann klick auf den "JA" Button!

JA!