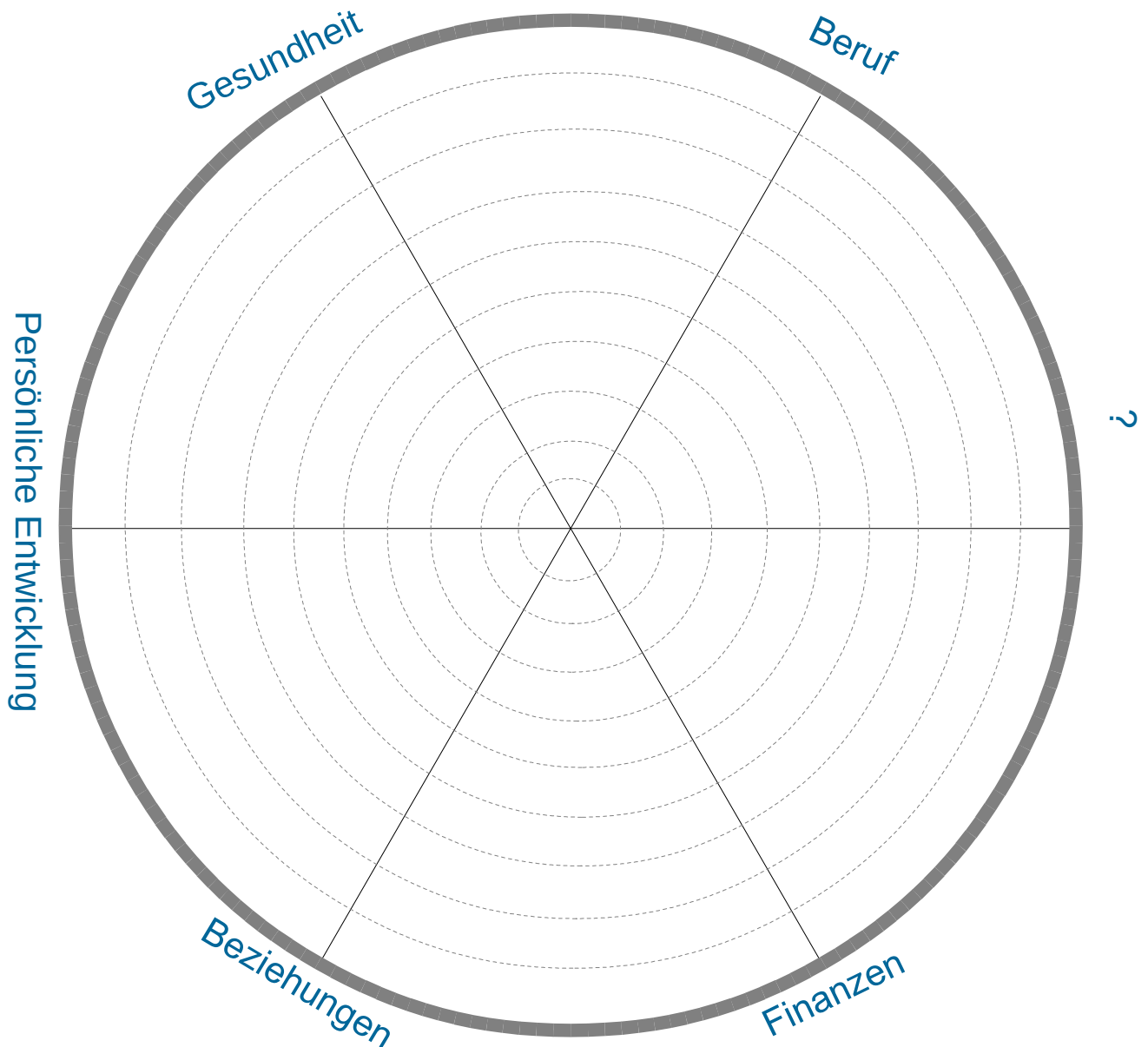




Das Rad des Lebens



? = Frieden, Spaß, Erholung, Wohnsituation, Sinn, Weiterbildung, persönliche Entwicklung, dein Beitrag

Das Rad des Lebens:

Du siehst in dem Rad 6 Speichen, die für unterschiedliche Lebensbereiche stehen. Für das „?“ setze etwas Passendes aus den unten genannten Vorschlägen ein. Falls du sonst noch einen Begriff austauschen möchtest, kannst du das tun.

Auf einer Skala von 1-10: Wie zufrieden bist du in dem jeweiligen Lebensbereich? Eine 0 (in der Mitte des Rads) bedeutet: du bist total unzufrieden oder unglücklich. Eine 10 (äußerster Ring des Rads) heißt, du bist total glücklich und erfüllt. Es gibt keinen Anlass noch irgendetwas zu verändern.

Wähle auf der Skala von 1-10 für jeden Lebensbereich den passenden Punkt aus und trage ihn auf dem Rad ein.

Nun verbinde die Punkte und schau dir an, wie gut das Rad rund läuft.

In welchen Bereichen möchtest du etwas verbessern, damit das Rad nach deinen Vorstellungen rund läuft?

Was möchtest du in diesen Bereichen gerne erreichen?

Möchtest du wirklich etwas verändern?

Veränderungen in den unterschiedlichen Lebensbereichen vollziehen sich immer von innen nach außen. Es beginnt mit immer dem Entschluss, dass sich etwas verändern soll. Warte hierbei nicht, bis du dir sagst: „So kann es nicht mehr weitergehen.“ Auch wenn Gewohnheiten, emotionale Muster und Überzeugungen dich noch zurückhalten, mache dir klar, dass nur du etwas ändern kannst.

Wenn du zur Zeit noch keine Lösung und keinen Weg erkennst, kann ich dir helfen. Ich biete dir ein Strategiegelgespräch an, in dem wir gemeinsam Lösungswege erarbeiten. Und das KOSTENLOS. Dafür musst du lediglich ca. 30-60 Minuten Zeit investieren. Am Ende dieser Session hast du mehr Klarheit und erkennst Wege, an die du vorher wahrscheinlich noch nie gedacht hast.

Wir finden die Lösung dort, wo du noch nie gesucht hast..

Klingt das interessant für dich? Dann nimm am besten direkt Kontakt mit mir auf.
info@christiane-luepken.com