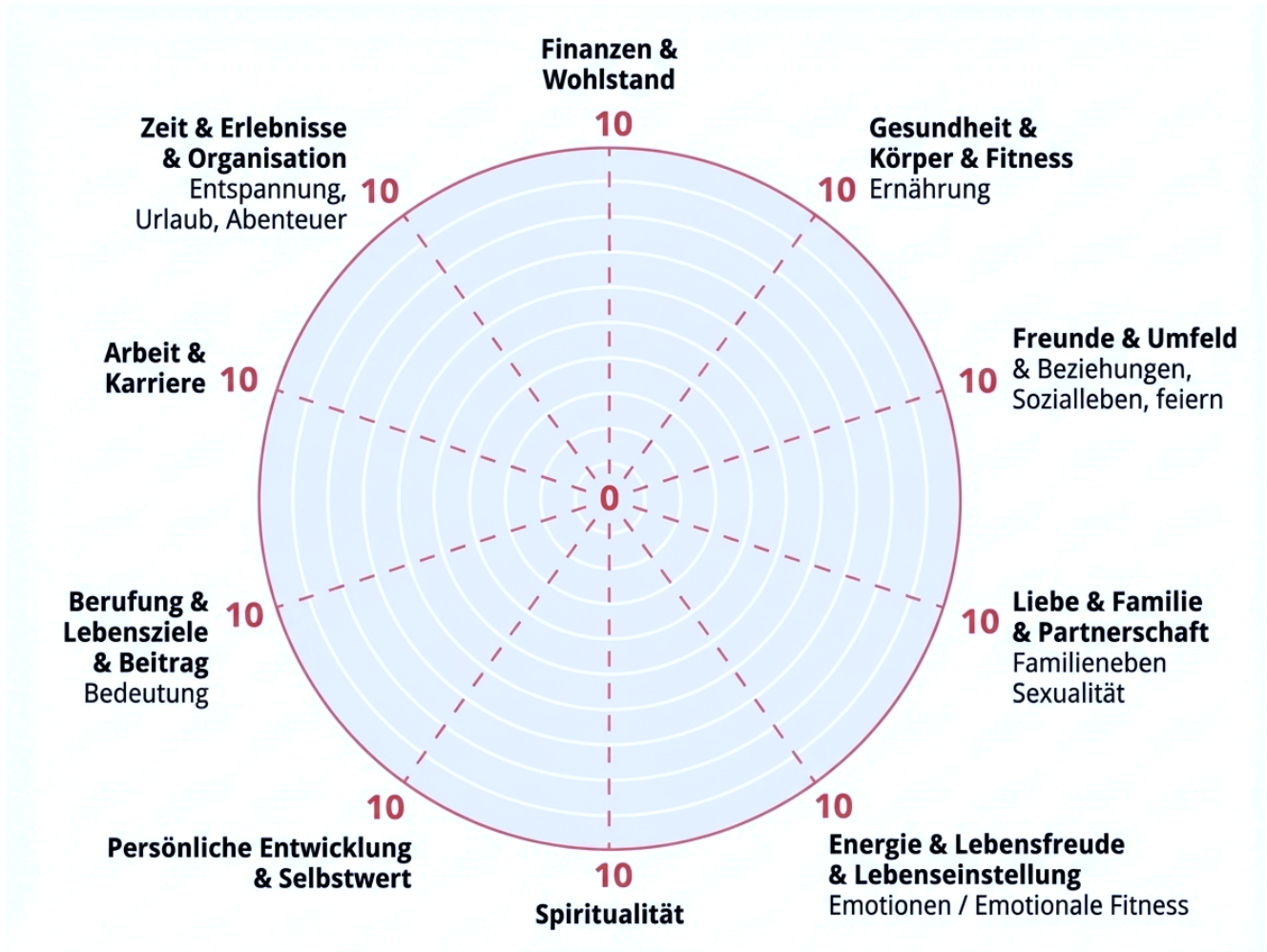


RAD DES Lebens

Datum:



Bewerte deinen aktuellen Stand im Rad des Lebens je Lebensbereich spontan mit einem Kreuz auf der Skala von 0-10. Wenn dir in einem Lebensbereich zu viele verschiedene Wörter sind, unterstreiche das Wort das dir am wichtigsten ist und bewerte dieses.

Deine 10: Dann schreibe in die folgenden Kästchen spontan die 2-4 wichtigsten Stichpunkte die für dich in eine 10 in dem Lebensbereich gehören. Und was ein möglicher nächster Schritt wäre oder was du evtl. loslassen darfst um in dem Bereich weiter zu kommen.

Zeit & Erlebnisse & Organisation, Entspannung, Urlaub, Abenteuer

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Liebe & Familie & Partnerschaft Familieneben Sexualität

Nächster Schritt:

Loslassen:

Freunde & Umfeld & Beziehungen, Sozialleben, feiern

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Persönliche Entwicklung & Selbstwert

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Spiritualität

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Berufung & Lebensziele & Beitrag, Bedeutung

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Energie & Lebensfreude & Lebenseinstellung, Emotionen / Emotionale Fitness

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Gesundheit & Körper & Fitness, Ernährung

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Arbeit & Karriere

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen:

Finanzen & Wohlstand

Meine 10:

Nächster Schritt / Loslassen: