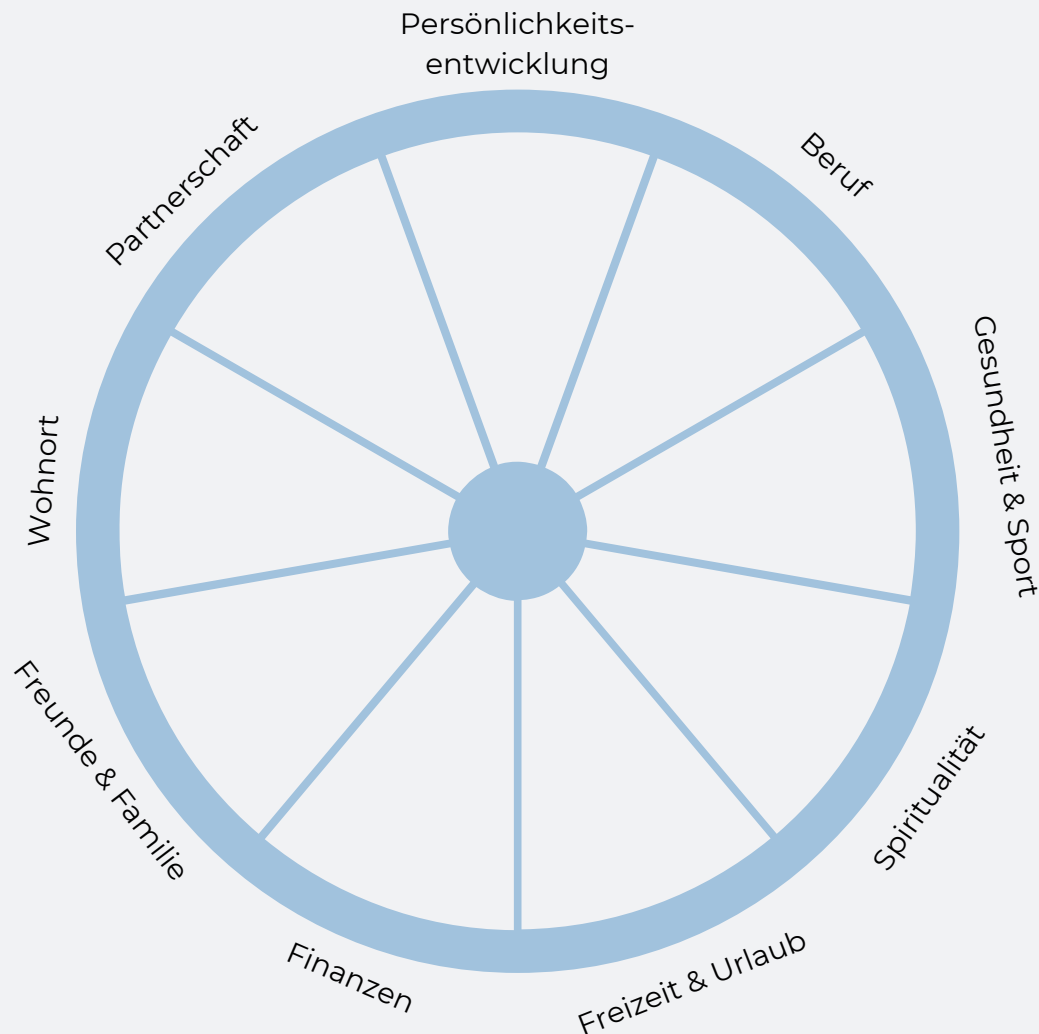


Rad des Lebens



Anleitung zum Ausfüllen deines Lebensrads

Fülle jeden Bereich von der Mitte (0) bis nach außen (10) aus.
Je nach dem wie erfüllt du jeden einzelnen Bereich für dich wahrnimmst. Gehe immer vom jetzigen Moment aus.

Wie erfüllt empfindest du gerade jetzt jeden einzelnen Bereich?

Wie geht es Dir, wenn du dein "Rad des Lebens" so betrachtest?

Welcher Lebensbereich ist momentan gut *ausgefüllt*?
Wo lebst Du erfüllt?

Welcher Lebensbereich benötigt mehr Beachtung?

Rad des Lebens

Welche Schritte kannst Du jetzt konkret gehen um in jedem Bereich so erfüllt wie möglich zu leben?
Schreibe mind. 3 pro Lebensbereich auf.

 BERUF	 FREUNDE & FAMILIE
 FREIZEIT & URLAUB	 PERSÖNLICHKEITS- ENTWICKLUNG
 FINANZEN	 SPIRITUALITÄT
 GESUNDHEIT & SPORT	 PARTNERSCHAFT