

# Rad Deines Lebens

Mache Gedanken und Gefühle mithilfe des Rads sichtbar.  
Es verschafft Dir einen Überblick und kann Dir helfen  
Deine Themen zu priorisieren.

Viel Freude und Wachstum. *Stefanie*



*Sichtwahr* Coaching



# Rad Deines Lebens

## Unterstützende Impulse

**Gesundheit:** Wie drückt sich Gesundheit für mich aus? Wie gesund und vital bin ich?

**Freundschaften:** Wie wichtig sind mir Freundschaften? Habe ich tiefe und sinnerfüllte Freundschaften?

**Partnerschaft:** Habe ich eine harmonische und erfüllte Partnerschaft?

**Hobby:** Lebe ich mein Hobby (falls vorhanden) üppig aus?

**Erholung:** Nehme ich mir ausreichend Zeit für meine Ruhepausen und gönne ich mir längere Auszeiten? Ist meine Erholung ausgewogen?

**Karriere:** Wie zufrieden fühle ich mich in meiner beruflichen Tätigkeit?

**Geld:** Habe ich ein gutes Auskommen mit meinem Einkommen?

**Persönl. Wachstum:** Fühle ich mich in meinem Leben "angekommen"? Nutze ich meine Fähigkeiten und Stärken? Oder schwimme ich noch im luftleeren Raum meiner Möglichkeiten?

*Tipp: Auch die Lebensbereiche die für Dich Top sind, dürfen sich nach oben hin ausbreiten. Stelle Dir also clevere Fragen.*