

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.