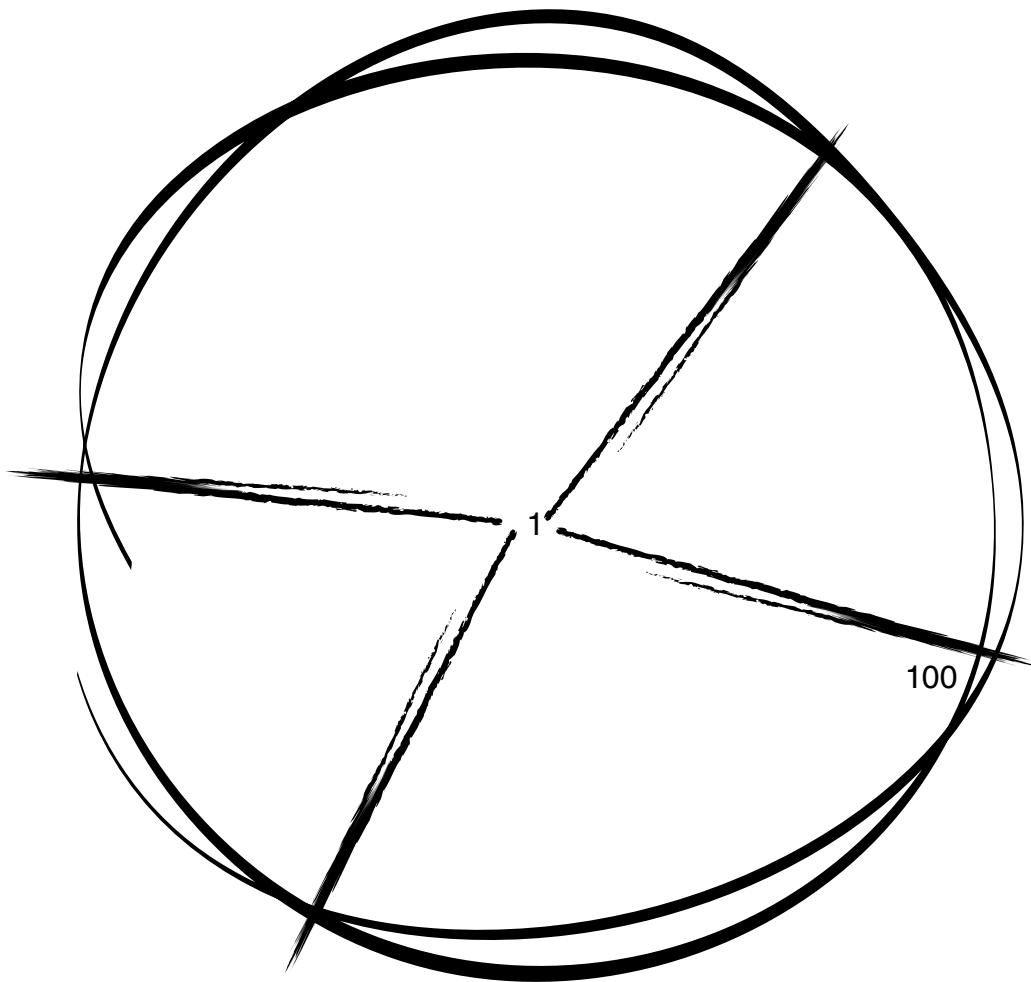


# Worksheet Lebensrad



Die vier Linien sind jeweils eine Skala (z. B. 1 bis 100), auf welcher du dir Dinge legst, die dir wirklich wichtig sind im Leben. Beispiel: Mehr Zeit für mich. Stelle dir dann zu jedem Punkt folgende Fragen:

- Wenn dein Ziel (zu 100 %) erfüllt wäre, wie sähe das aus? Beschreibe dieses Ziel für dich so konkret wie möglich.
- Wie sieht die IST-Situation aus? Wo stehe ich bzgl. Zielerreichung aktuell?  
Beschreibe deinen IST-Zustand auch wieder möglichst konkret. Setze auch hier einen Marker, gerne mit anderer Farbe/anderem Naturelement.
- Was kann ich tun, um mich meinem erfüllten Ziel um X Prozentpunkte anzunähern?  
Schreibe hier Lösungen auf, die dir spontan einfallen. Am besten zunächst ohne Bewertung.



# Worksheet Lebensrad

## Notizen

Notiere dir hier deine Gedanken und Gefühle, zu den einzelnen Punkten und Fragen.



nature intelligence