



Wie wir mit ihm arbeiten
Bestandsaufnahme.

Was er bedeutet
Fokus. Erkenntnis.

CIRCLE OF WORK

Dein IST-Zustand

Wir beginnen damit, dass wir ein Spotlight auf deinen Ist-Zustand richten. Wir wollen herausfinden, in welchen Bereichen deines Lebens es wirklich richtig gut läuft und welche Bereiche etwas mehr Aufmerksamkeit benötigen. Bist du in einem guten Gleichgewicht, kannst du die täglichen Herausforderungen besser meistern. Also, lass uns beginnen.

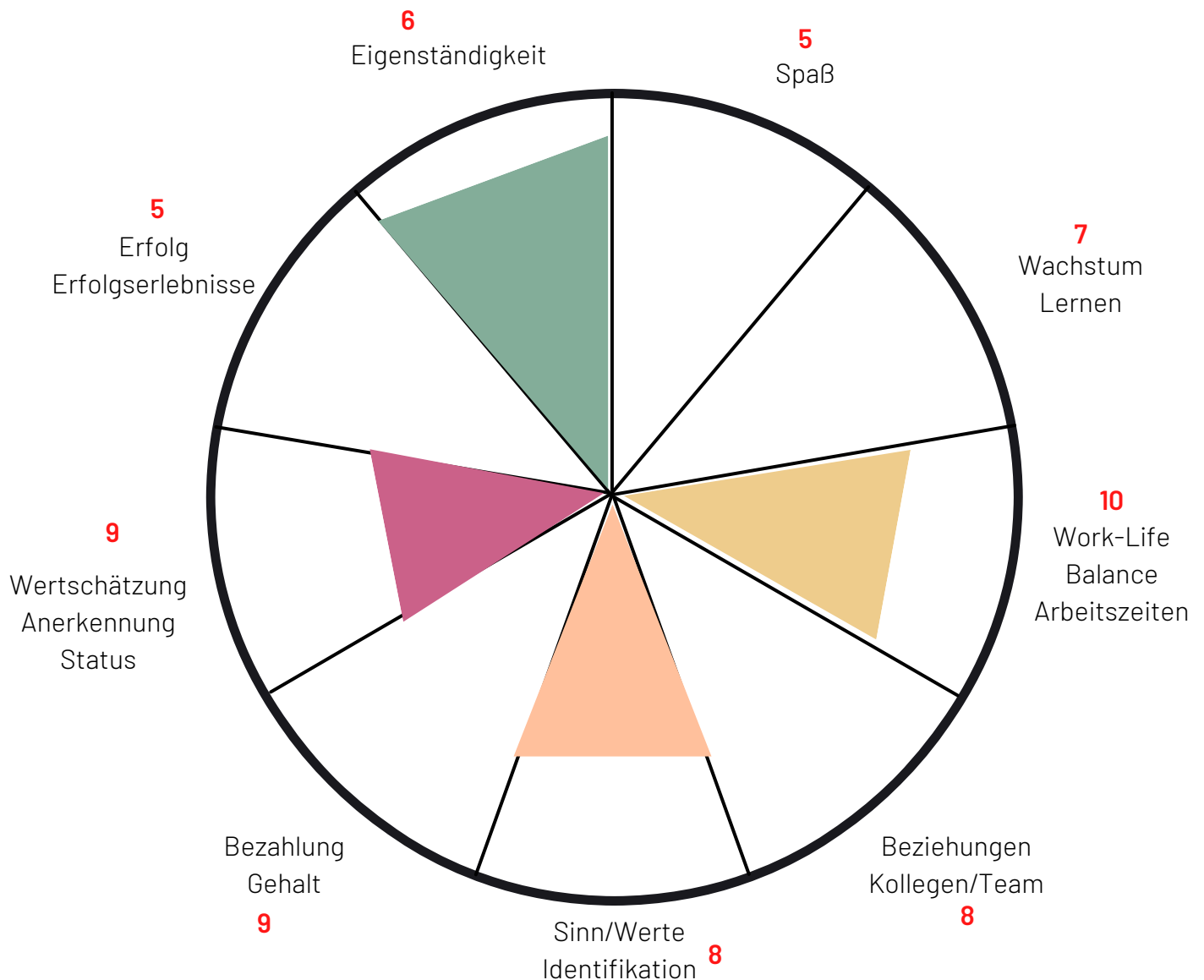
Step #1

Bewerte zunächst die Bereiche deines Lebens nach deinen Prioritäten. Nutze dafür eine Skala von 1 bis 10 (1 = nicht so wichtig; 10 = sehr wichtig). Notiere die Zahl direkt am Bereich.

Step #2

Frage dich nun, wie voll der jeweilige Bereich in deinem Leben ist! Wie viel Prozent lebst du schon in den Bereichen? Wo ist noch Luft nach oben? Welche Bereiche laufen gut und welche eher mäßig?

Male das farblich entsprechend aus.



Dein IST-Zustand

