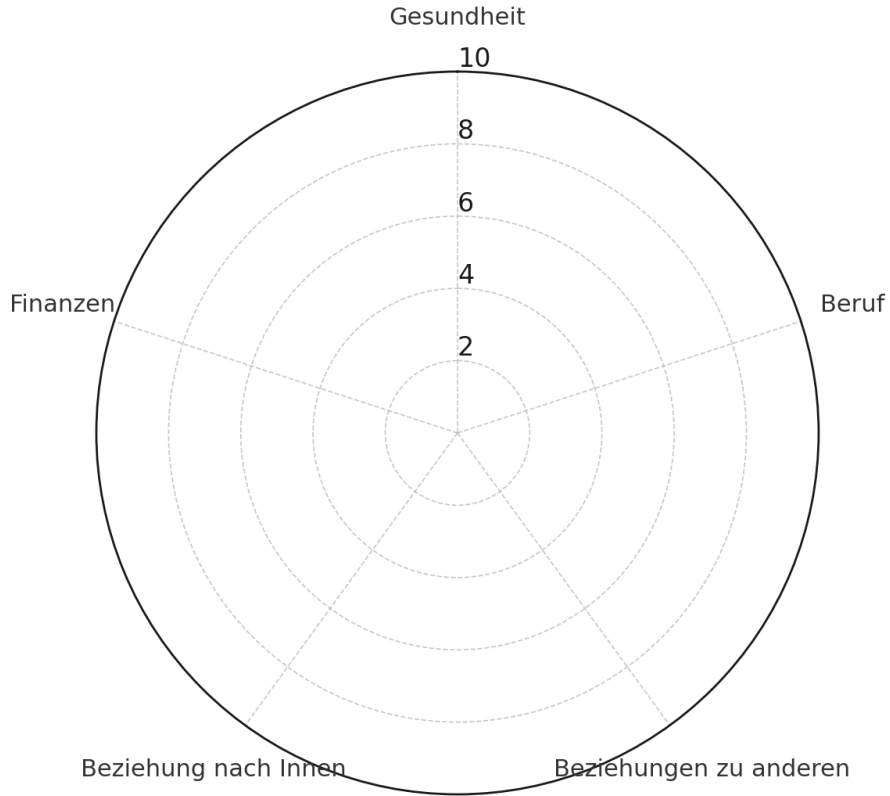


Arbeitsblatt: Rad des Lebens

Bewerten Sie jeden Lebensbereich auf einer Skala von 0 (unzufrieden) bis 10 (sehr zufrieden). Tragen Sie Ihre Bewertung in das Rad ein und verbinden Sie die Punkte mit Linien.



1. In welchem Bereich bin ich aktuell am zufriedensten – warum?

2. In welchem Bereich wünsche ich mir am meisten Veränderung?

3. Was könnte ein erster kleiner Schritt sein, um diesen Bereich zu verbessern?

4. Wer oder was könnte mich unterstützen?

5. Welche Erkenntnisse nehme ich aus dieser Übung mit?
