

Take a Stand mit dem

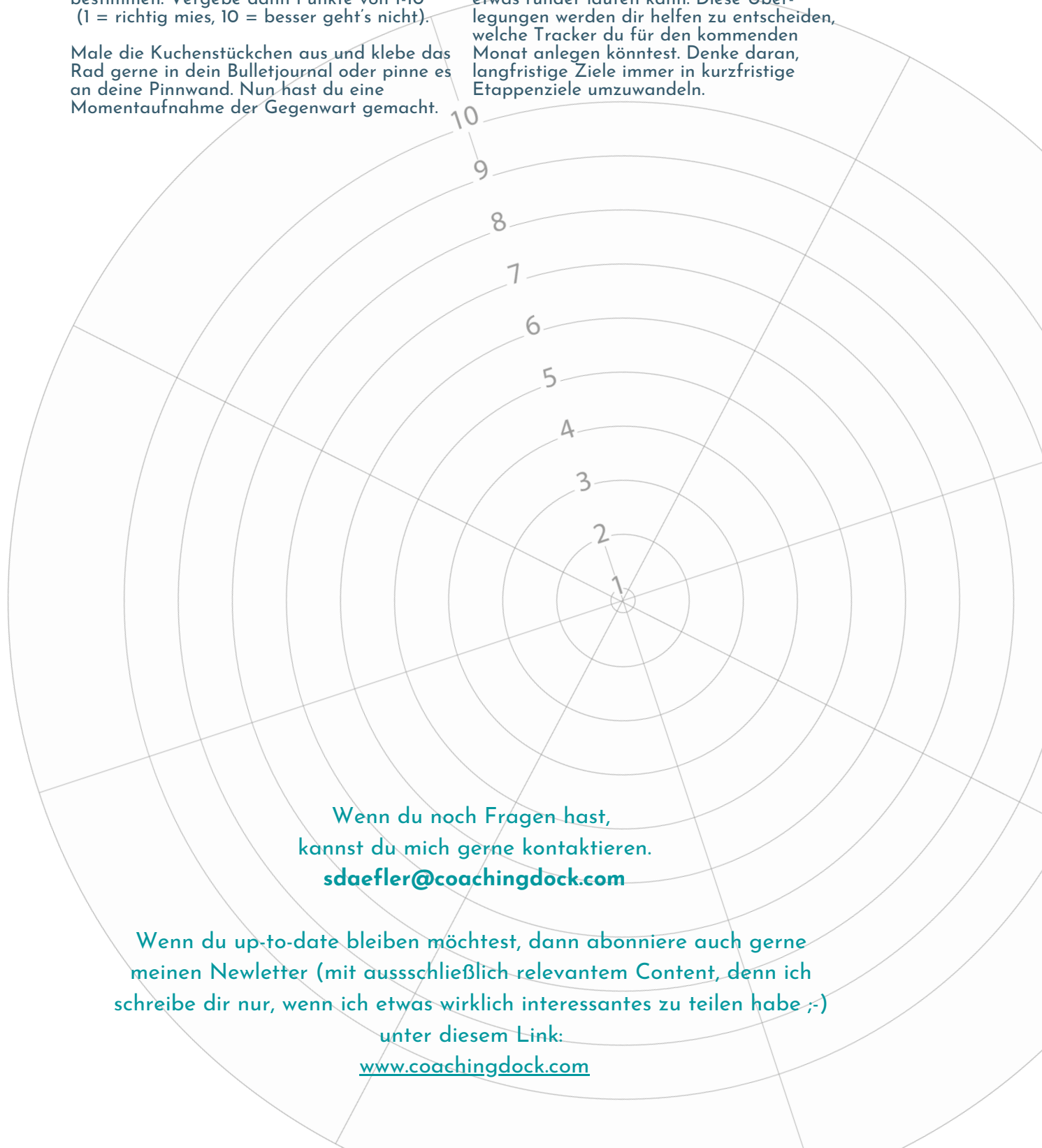
LEBENSRAD

EINE MOMENTAUFNAHME DER GEGENWART

Trage in die 8 Kuchenstück genau die Themen ein, die zur Zeit dein Leben bestimmen. Vergebe dann Punkte von 1-10 (1 = richtig mies, 10 = besser geht's nicht).

Male die Kuchenstückchen aus und klebe das Rad gerne in dein Bulletjournal oder pinne es an deine Pinnwand. Nun hast du eine Momentaufnahme der Gegenwart gemacht.

Überlege dir, welchen Bereich du gerne verändern würdest, damit das Lebensrad etwas runder laufen kann. Diese Überlegungen werden dir helfen zu entscheiden, welche Tracker du für den kommenden Monat anlegen könntest. Denke daran, langfristige Ziele immer in kurzfristige Etappenziele umzuwandeln.



Wenn du noch Fragen hast,
kannst du mich gerne kontaktieren.
sdaefler@coachingdock.com

Wenn du up-to-date bleiben möchtest, dann abonniere auch gerne
meinen Newsletter (mit ausschließlicly relevantem Content, denn ich
schreibe dir nur, wenn ich etwas wirklich interessantes zu teilen habe ;-)

unter diesem Link:

www.coachingdock.com

