



DREAM OUT LOUD

Für Frauen im Aufbruch

Your Wheel of Life



Willkommen zum Wheel of Life

Wie schön, dass Du da bist.

Mit dem Wheel of Life lade ich Dich ein, innezuhalten und eine kurze Standortbestimmung vorzunehmen.

Wie zufrieden bist Du derzeit wirklich mit den 8 relevantesten Bereichen Deines Lebens?

- Karriere
- Geld
- Spaß und Erholung
- Liebe & Partnerschaft
- Familie
- Freunde und soziales Umfeld
- Gesundheit
- Persönliches Wachstum

Wo stehst Du heute auf einer Skala von 1 bis 10?

Bei 1 liegt vieles im Argen, bei 10 könnte es nicht besser laufen.

Deine Werte trägst Du auf dem Wheel of Life ein und Du bekommst einen Überblick über Deinen Standort.

Jetzt wird es spannend. Was steckt hinter Deinen Zahlen?

Durch die anschließenden Fragen gehst Du noch weiter in Dich.

Damit ist das Wheel of Life mehr als eine Momentaufnahme.

Es kann ein Startpunkt sein, um aktiv zu werden und Veränderungen im Innen und im Außen anzustoßen.

Ich wünsche Dir eine intensive Zeit mit Dir, den einen oder anderen Aha-Moment und Lust auf mehr.

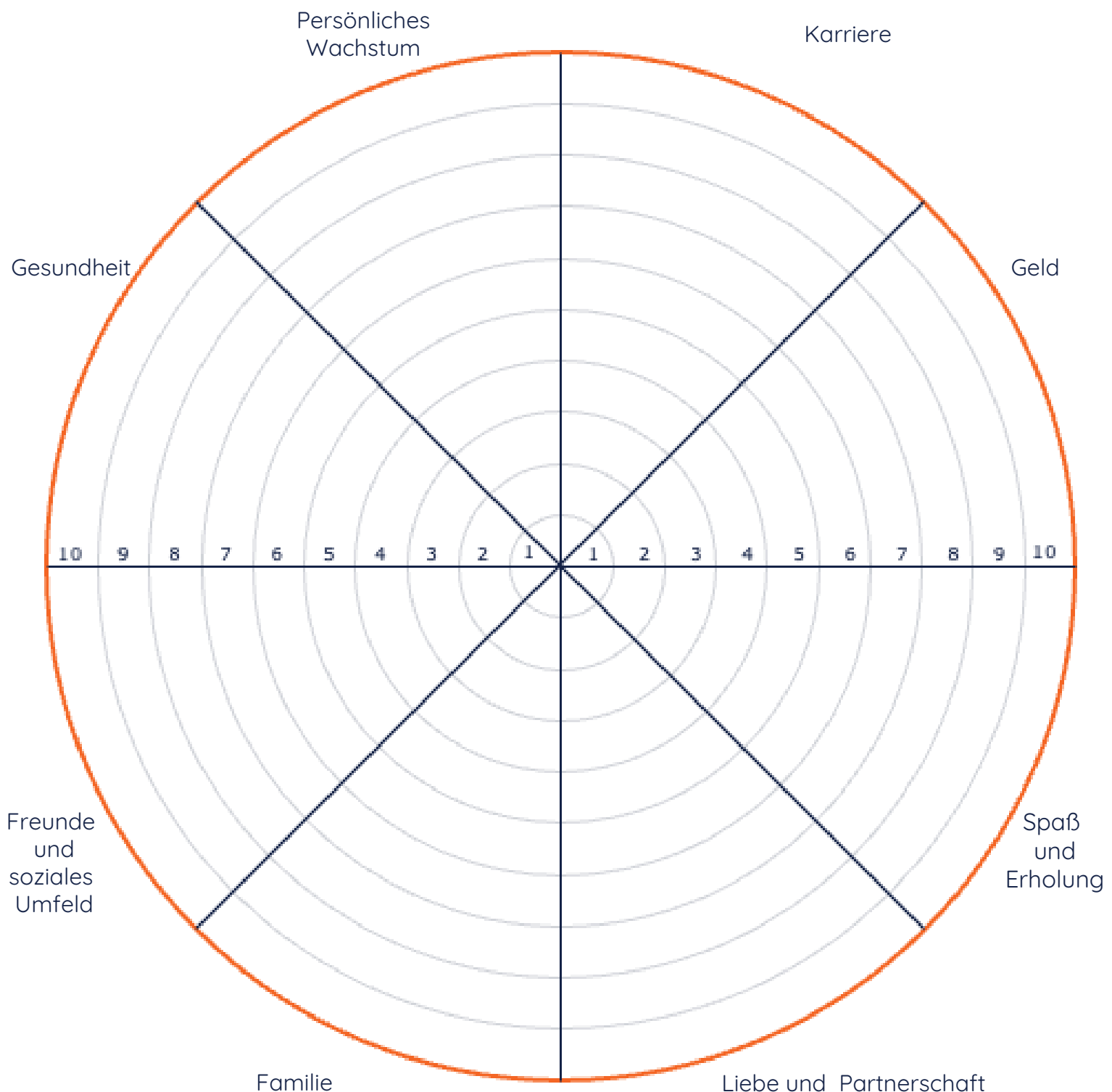
Alles Liebe,

Hilke

Momentaufnahme: Wheel of Life

Wie zufrieden bist Du wirklich?

Schätze Dich & Deine derzeitige Zufriedenheit in den verschiedenen Lebensbereichen auf einer Skala von 1-10 ehrlich für Dich ein.





Fragen an Dich

Suche Dir einen der Lebensbereiche aus, den Du Dir näher ansehen möchtest. Woher kommt die Einschätzung, die Du Dir gegeben hast?

Welche Emotionen zeigen sich bei diesem Lebensbereich?



Fragen an Dich

Was machen diese Gefühle mit Dir? Was erfährst Du dadurch über Dich?

Was benötigst Du, um in diesem Lebensbereich zufriedener zu sein? Male Dir aus, wie es wäre, wenn Du das hättest. Wie fühlt es sich an?



Fragen an Dich

Was muss passieren, damit diese höhere Zufriedenheit möglich wird?

Welches Versprechen gibst Du Dir dafür?

Was wirst Du konkret tun -und bis wann?



Ausblick

Wenn Dir diese Übung gefallen hat und Du neugierig geworden bist, wie es tiefer und weiter gehen könnte, lass uns gerne miteinander sprechen.

Denn in unserem Programm Beyond Emotions gehen wir diesen und weiteren Fragen nach.

Hier begegnest Du Dir selbst ehrlich und ungeschminkt.

Wir schaffen gemeinsam Raum für Klarheit, für neue Entscheidungen und für den Mut, Deine Ziele Wirklichkeit werden zu lassen.

Ich bin gespannt, was das Wheel of Life bei Dir angestoßen hat, und freue mich über Dein Feedback.

Herzliche Grüße,

Hilke

pelchrzim@dream-out-loud.de