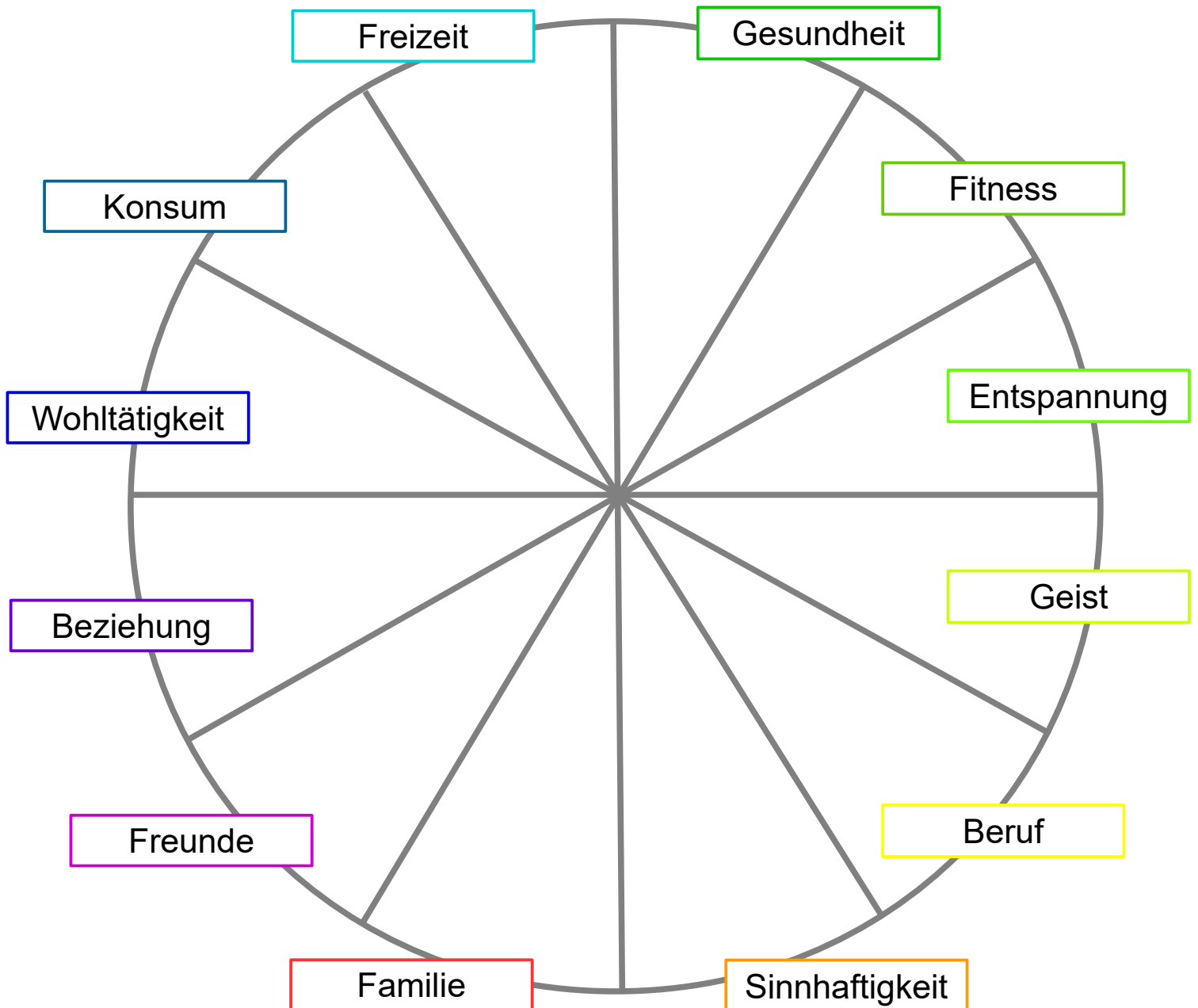


# LEBENS RAD

Wie sieht es in Deinem Leben (heute) aus?



**Male jedes Feld aus (von innen nach außen). Verwende dabei an eine Skala von 1-10.**  
Bei „10“ ist der Bereich komplett ausgemalt, bei „5“ die Hälfte und bei „0“ würde das Feld leer bleiben.  
Achte dabei auf dein derzeitiges Befinden und deine Gefühle. Nimm Dir Zeit für jeden einzelnen Bereich und überlege anschließend – Was braucht es noch, damit der Bereich zu einer „10“ wird.