



Die bewusste Lebensinventur

Jeder Tag, den du neu beginnst, ist ein Tag voller Chancen und Möglichkeiten, um in deiner Erfüllung und für deinen Erfolg zu leben. Wie sieht dein Status quo aus? Du stellst dich den vielen Aufgaben des Lebens und meisterst deinen Alltag – irgendwie. Doch sind wir nur auf der Welt, um zu funktionieren?

Stell dir vor, du tust heute etwas, dass sich von deiner bisherigen Gewohnheit abhebt. Du wählst einen anderen Weg, um zur Arbeit zu kommen oder du entscheidest dich in der Mittagspause für einen Spaziergang an der frischen Luft. Warum du das tust? Um neue Energie frei zu setzen und „neues“ Leben in dir zu erwecken. Denn es beginnt mit den kleinen Dingen.

Dein Leben will mit Leben gefüllt werden. Und dabei ist es nicht nur wichtig, dass du Gewohnheiten hinterfragst, sondern auch deine Träume und Wünsche wieder aufdeckst. Schau genau hin: Was wolltest du schon immer tun? Gibt es eine tiefe Sehnsucht in dir, die du unbedingt erfüllen möchtest? Was hat dich je davon abgehalten, deine Träume und Wünsche umzusetzen?

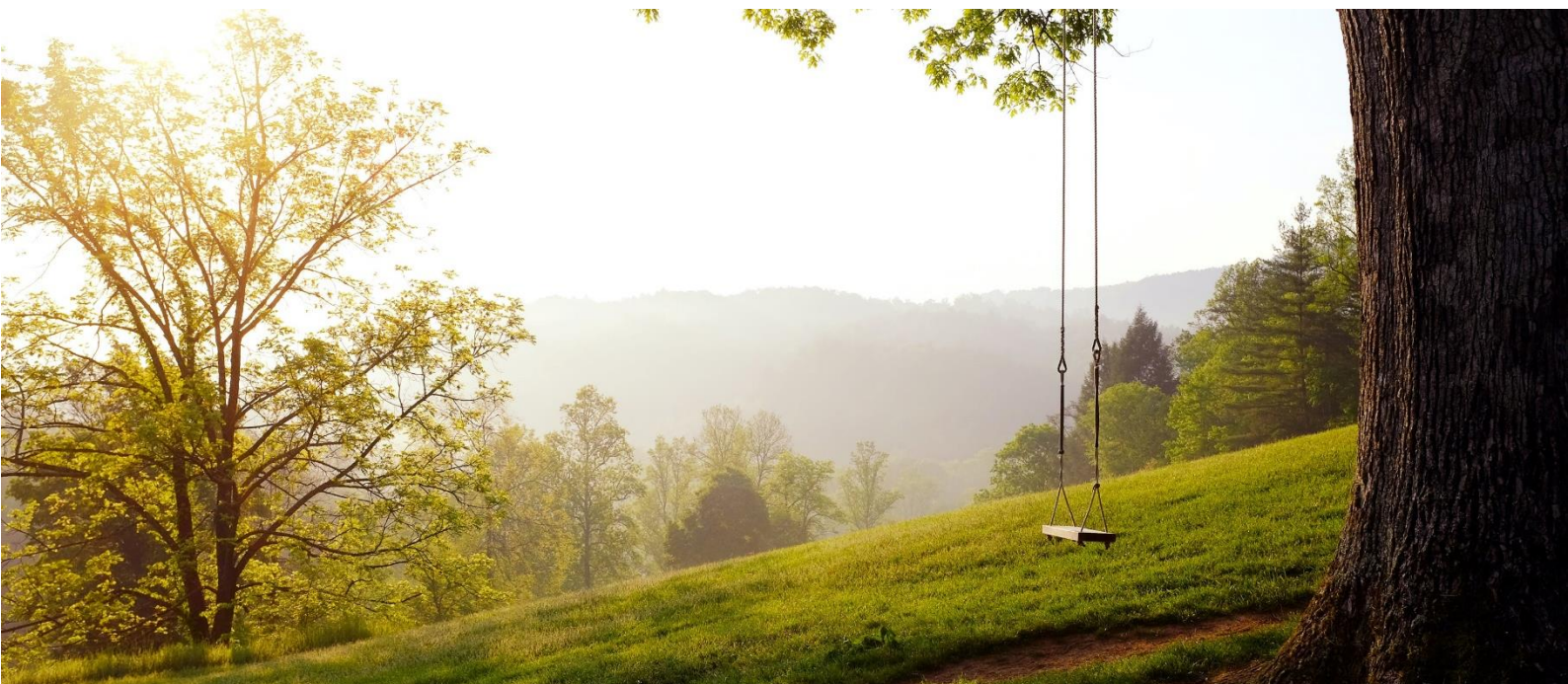
Vom IST-Zustand zur Erkenntnis

Es ist Zeit, die einzelnen Lebensbereiche zu betrachten und zu reflektieren, was der funktionierende Alltag mit uns macht. Wo stehst du heute?

Die Lebensinventur zeigt dir deinen aktuellen IST-Zustand. Betrachte die 12 Lebensbereiche und geh diese für dich durch. Vergib dabei intuitiv Punkte von 1-10, wobei 10 Punkte für den maximalen Level (alles perfekt) stehen und 1 Punkt für den minimalen Level (schlecht bis nicht vorhanden).

Als Hilfestellung, kannst du dir dabei folgende Fragen stellen:

- **Was läuft in meinem Leben richtig gut?**
- **Was läuft weniger gut?**
- **Wo gibt es Potential nach oben?**





Die Inventur

		IST-Zustand									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Lebensbereiche	Job										
	Berufung										
	Freunde										
	Familie										
	Partnerschaft										
	Liebe										
	Geld/Finanzen										
	Gesundheit										
	Erfolg/ Persönliches Wachstum										
	Sport										
	Hobby										
	Sinn										
	Selbst- verwirklichung										
	Genuss										
	Kreativität										
	Abenteuer										
Spaß/ Erholung											

Reflektion und Ergebnis

Wie zufrieden bist du mit deinem IST-Ergebnis und damit mit deinem Leben (ehrlich)?

Willst du bestimmte Bereiche verbessern/verändern/positiver gestalten? Welchen Bereich trifft es am ehesten?

Was würde es für dich und dein Leben bedeuten, wenn du deine „verkümmerten“ Lebensbereiche ins Positive veränderst?
