

LifeDesign. *Studio*

Mein Leitstern

Navigationshilfe

Fernando J. Christian

1 Welche Lebensbereiche sind für mein Leben essentiell?

2 Mein Leitstern mit seinen Zacken, die meine essentiellen Lebensbereiche umfassen:

(Anmerkung: gib jedem Zacken eine einzigartige Farbe)

Die Ausprägung meines Lebensbereichs _____

1. Was ist mir in diesem Lebensbereich wichtig?

3. Wie ist es, wenn sich dieser Lebensbereich ganz gut anfühlt?

5. Was mache ich in diesem Lebensbereich, das eher mühsam ist?

2. Welche Ausprägungen hat er?

4. Welche konkreten Aktivitäten geben mir in diesem Lebensbereich Energie, Flow?

6. Was möchte ich in diesem Lebensbereich unter allen Umständen vermeiden?

Wie gut kann ich im Moment meine Lebensbereiche leben?

Anmerkung: Eine Spalte entspricht einem Lebensbereich, nutze die entsprechende Farbe, um die Stärke einzutragen.

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Stark
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	Wenig
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	

Was fällt mir auf? Was ist nun angesagt?