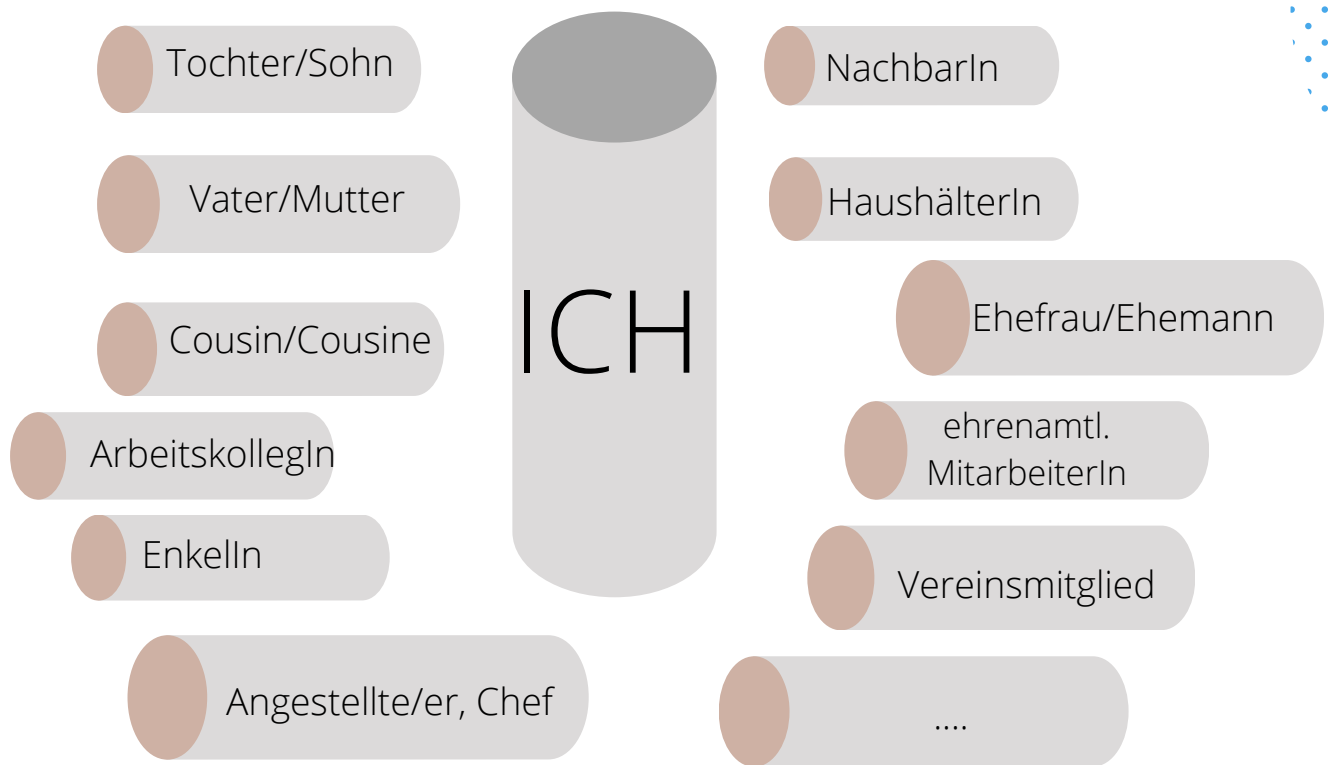


MEINE ROLLEN IM LEBEN

„WER BIN ICH UND WENN JA WIE VIELE?“



- **Identifikation der aktuellen Rollen:** Überlegen Sie, welche Rollen Sie in Ihrem Leben spielen, wie z.B. Berufstätiger, Elternteil, Partner, Freund, Hobbyist usw.
- **Bewertung der Rollen:** Reflektieren Sie, wie viel Zeit und Energie Sie in jede Rolle investieren und wie wichtig jede Rolle für Sie ist.
- **Persönliches Wohlbefinden:** Beurteilen Sie, wie zufrieden Sie mit jeder Rolle sind und wie sie Ihr allgemeines Glück beeinflussen.
- **Veränderungspotenzial:** Überlegen Sie, welche Aspekte jeder Rolle verändert werden könnten, um Ihr Wohlbefinden zu verbessern.
- **Priorisierung und Anpassung:** Entscheiden Sie, welche Rollen verstärkt und welche möglicherweise reduziert oder aufgegeben werden sollten, um eine ausgewogenere Lebensführung zu erreichen.

MEINE ROLLEN IM LEBEN

Welche Rollen im Leben habe ich derzeit ?



MEINE ROLLEN IM LEBEN

„WER BIN ICH UND WENN JA WIE VIELE?“

