

Das Lebensrad der Zufriedenheit

Dieses Lebensnetz ist inspiriert durch das Buch „Echter Wohlstand“ von Vivian Dittmar. Es hilft dir, einen Überblick über die verschiedenen Dimensionen von Wohlstand in deinem Leben zu gewinnen. Wohlstand bedeutet mehr als nur Geld – er zeigt sich in verschiedenen Lebensbereichen, die dazu beitragen, dass wir unser Leben als stimmig und erfüllt empfinden. Möchtest du diese Technik öfter machen oder mit anderen teilen, kannst du sie auf www.worklessplaymore.de/lebensrad herunterladen.

So funktioniert's:

1. Bewerte die sechs Bereiche von 1 (wenig zufrieden) bis 10 (sehr zufrieden).
2. Male die entsprechenden Felder aus.
3. Es entsteht eine Art Landkarte, die dir einen Überblick verschafft, wie die verschiedenen Wohlstandsdimensionen in deinem Leben aktuell ausgeprägt sind.

