

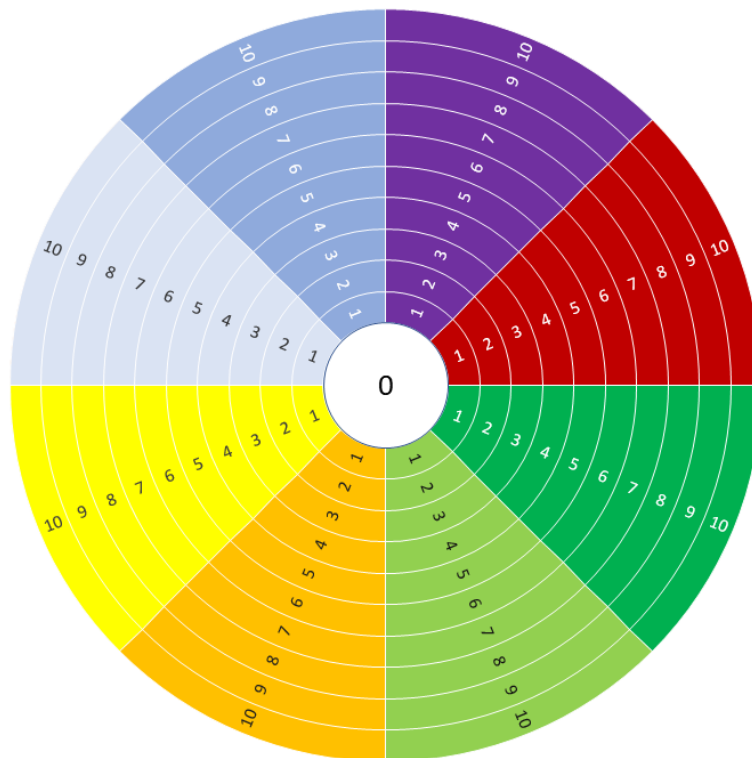
# Komm in Deinen Flow

Fee Verbücheln Potenzialcoach

## Rad des Lebens



Es ist Dein Leben und Du trägst die volle Verantwortung dafür. Es steckt so viel Potenzial in Dir, hast Du es schon entdeckt?



Drucke Dir das Rad des Lebens aus und kreuze nach Deiner Einschätzung an, wo Du heute in jedem Bereich Deines Lebens stehst.

Verwende dazu die verschiedenen Farben wie folgt:

### Lila - Selbstwert Gefühle Persönlichkeit

Wie groß ist Dein Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Selbstliebe? Erlaubst Du Dir schon in Fülle und Freiheit zu leben oder sind da Grenzen? Wie fühlst Du Dich, wenn Du an Deine Lebenssituation denkst? Ist da ein ungutes Gefühl? Lebst Du schon in Freude und Leichtigkeit? Welchen Sinn hast Du gefunden? Traust Du Dich etwas zu verändern, Dich zu entwickeln? Tust Du Deinem Körper etwas Gutes, damit Deine Seele Lust hat, darin zu wohnen? Meditierst Du? Denkst Du positiv? Bist Du in Deinem Flow?

# Komm in Deinen Flow

Fee Verbücheln Potenzialcoach



## Rot - Gesundheit

Wie gesund lebst Du, bist Du? Zu diesem Thema gehört alles zu Ernährung, Übersäuerung, Gewicht, starkes Immunsystem, Schmerzen, Fitness, Ausdauer, Bewegung, Kraft, Deine Energie.

## Starkgrün Partnerschaft

Hast Du schon den idealen Partner:in an Deiner Seite? Ist er/sie schon in Deiner Vorstellung? Bist Du schon der ideale Partner:in für Deinen Partner:in? Habt ihr eine gesunde, harmonische Beziehung? Wie ist die Kommunikation zwischen euch?

## Hellgrün Familie Kinder

Wie gut ist die Beziehung zu Deinen Kindern, Geschwistern, Eltern? Wieviel Zeit verbringst Du mit ihnen? Was tust Du für sie? Welchen Wert gibst und bekommst Du von Deiner Familie? Bist Du Dir schon bewusst darüber, wie Du Deine Kinder erziehst und welcher Umgang für sie nachhaltig gut ist? Lebt ihr in Harmonie?

## Orange Finanzen

Wie gut gehst Du mit Geld um? Kannst Du sparen und Dein Geld vermehren, oder ist am Ende Deines Geldes noch eine Menge Monat über? Hast Du Schulden oder Ersparnis und weißt Du wie Du damit am besten umgehst? Lebst Du schon in Wohlstand?

## Komm in Deinen Flow

Fee Verbücheln Potenzialcoach

Gelb Freunde Umfeld.



Hast Du Freunde, die da sind, wenn es Dir nicht gut geht?  
Freunde, die sich auch melden, wenn sie Dich gerade nicht brauchen?  
Gibt es langjährige Freunde, denen Du vertrauen kannst? Welche  
Beziehungen hast Du zu wem in Deinem Leben? Tun sie Dir gut?

### Grau Zeit

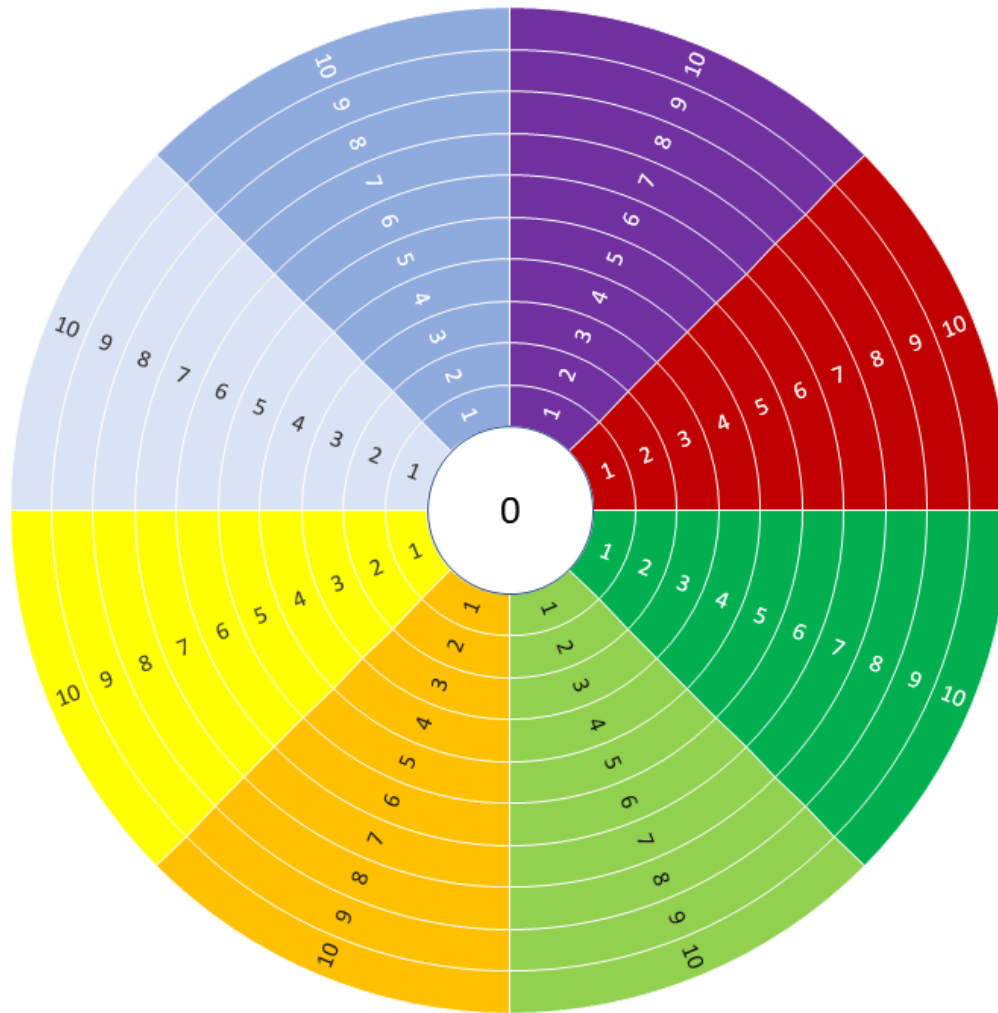
Gehörst Du zu den Personen, die nie Zeit haben? Die Prioritäten individuell setzen? Nimmst Du Dir Me-Time, also Zeit nur für Dich? Oder ist Dein Tag permanent zu kurz und du fällst nach dem Abarbeiten deiner TO-Do Liste müde ins Bett? Verbrennst Du Zeit in den social Medias oder vor dem TV? Nutzt Du Deine Zeit SINN-voll? Um Ziele zu erreichen? Hast Du Struktur im zeitlichen Ablauf?

### Starkblau Beruf Arbeit Karriere

Hast Du Deine Berufung gefunden? Liebst Du was Du tust und tust Du was Du liebst? Läufst Du im Hamsterrad und tauscht Zeit gegen Geld? Bildest Du Dich weiter? Sind Deine Arbeitskollegen eine Freude oder eher anstrengend, oder wirst du gar gemobbt? Erfüllt Dich Deine Arbeit, oder wartest Du oft auf Feierabend, Wochenende, Urlaub und Rente.

# Komm in Deinen Flow

Fee Verbücheln Potenzialcoach



-  Selbstwert, Gefühl, Persönlichkeit
-  Gesundheit
-  Partnerschaft
-  Familie
-  Finanzen
-  Freunde, Umfeld
-  Zeit
-  Arbeit, Beruf, Karriere