



Dein Wohlstands-Checkup

Für das Erreichen von Wohlstand in Deinem Leben ist es wichtig auf die unterschiedlichen Lebensbereiche zu schauen und herauszufinden wo Blockaden oder hinderliche Glaubenssätze stecken. Welche haben Dich bisher davon zurückgehalten Vermögen aufzubauen? Was darf verändert werden?

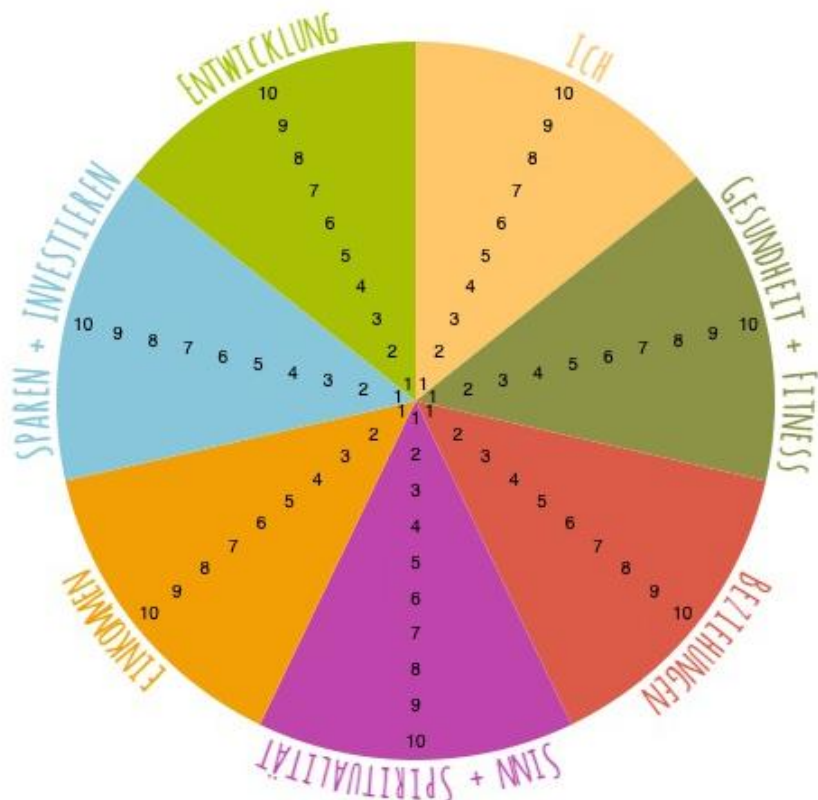
Dieser Checkup unterstützt Dich dabei, Klarheit zu bekommen, und dient als Basis für die evtl. folgende Zusammenarbeit.

Drucke das Arbeitsblatt am besten aus, damit Du es direkt ausfüllen kannst.

Teil 1: Das Lebensrad

Nimm Dir gerne ein bisschen Zeit, um Dich in die einzelnen Lebensbereiche einzufühlen und zu schauen, wo Du Dich da aktuell siehst.

- 1 = *gar nicht verwirklicht*
- 5 = *durchschnittlich*
- 10 = *total zufrieden*





Ich

Wie viel Zeit nehme ich mir für mich, Innenschau, Reflexion, Erholung? Wie sehr bin ich mit mir in Verbindung? Halte ich Zeit mit mir alleine überhaupt aus?

Gesundheit + Fitness

Wie zufrieden bin ich mit meiner Gesundheit und Fitness?

Beziehungen

Wie zufrieden bin ich mit meinen Beziehungen (Partnerschaft, Familie, Freunde, Kollegen, Bekanntschaften)?

Sinn + Spiritualität

Habe ich Sinn im Leben, Verbindung zum Höheren? Und: Welcher größeren Idee oder Aufgabe diene ich? Wie zufrieden bin ich damit?

Einkommen

Welche Einkommenschancen habe ich? Welche davon nutze ich bereits? Reicht mit mein Einkommen? Erfüllt mich meine Arbeit? Wie abhängig bin ich von meinen Einkommensströmen? Wo möchte ich unabhängiger und freier werden?

Sparen + Investieren

Wieviel spare ich regelmäßig? Wie zufrieden bin ich mit meinen Investitionen? Wo habe ich zusätzliches Sparpotential? Welche Investmentmöglichkeiten nutze ich noch nicht?

Entwicklung

Wieviel investiere ich in meine Entwicklung und Bildung? Wo findet generell Wachstum in meinem Leben statt? Wie geht es mir damit? Wo möchte ich noch mehr wissen und wachsen?

Natürlich gibt es noch andere Lebensbereiche und viel wichtige Unterpunkte. Welche fehlen Dir? Was nimmst Du hier wahr? Was fehlt Dir und was möchtest Du hier ändern?



Teil 2: Glaubenssätze, Blockaden und Chancen

In diesem Teil gehst Du Deinen Glaubenssätzen, Hindernissen und Blockaden auf die Spur. Finde heraus, was Dich bisher zurückgehalten hat und welche Chancen Du erkennst. Beantworte Dir folgende Fragen:

Was ist mein Ziel bzw. mein größter Traum?

Warum möchte ich das erreichen? Was ist mir daran besonders wichtig?

Was hat mich bisher davon abgehalten dieses Ziel zu erreichen? Gibt es Situationen oder Menschen, die mich zurückhalten oder ablenken?



Wie könnte ich dieses Ziel schneller erreichen?

Was möchte ich in meinem Leben und Handeln verändern?

Was denke ich über Geld? Ist das wahr? Wie geht es mir damit?

Welche Bedeutung hat Geld in meinem Leben?



Inwieweit könnte Geld mir dabei helfen meine Wünsche und Träume schneller zu erreichen?

Welchen Betrag brauche ich, um mir meinen Traum zu erfüllen bzw. mein Ziel erreichen.

Wer oder was könnte mir bei der Erreichung meiner Ziel behilflich sein? Wie bekomme ich diese Hilfe? Wie kann ich andere dafür gewinnen mich bei der Erreichung zu unterstützen?

Super, dass Du Dir Zeit für Dich, Deine Wünsche, Träume und Ziele genommen hast. Sicher hast Du festgestellt, dass das schriftliche Denken und Formulieren sehr hilfreich ist und Klarheit bringt. Damit kommen wir zur letzten, aber sehr entscheidenden Frage:

Was werde ich mit den neu gewonnen Erkenntnissen tun? Was setze ich jetzt um?

Wenn Du Fragen oder Anregungen zu diesem Check-Up hast, dann schreibe mir gerne an fragen@wohlstandstrainer.com. Coachingtermine und das kostenlose Kennenlerngespräch kannst Du hier buchen: <http://termin.gessinger.net>