ARBEITSBLATT 01 / STANDORT

Mein Standort

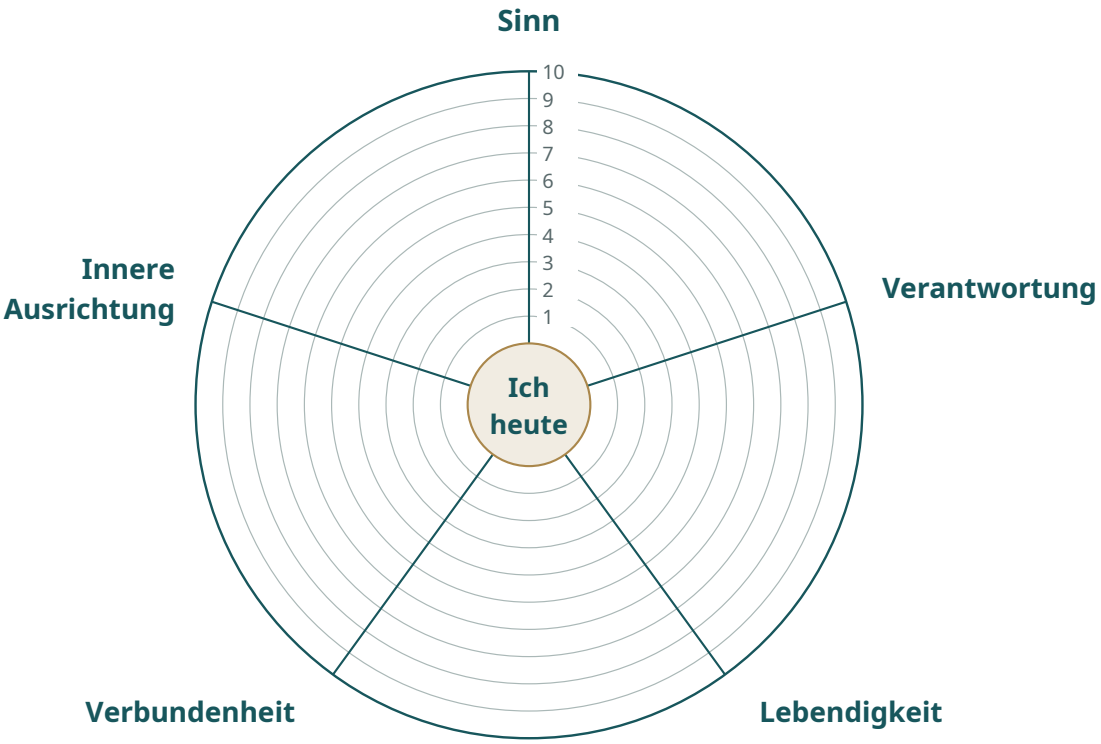
Wahrnehmen, was gerade ist. Entdecken, was für mich stimmig ist.

Name / Kürzel: _____ **Start:** _____ **Ende:** _____

Wie stimmig erlebe ich die einzelnen Dimensionen heute?

1 = für mich derzeit kaum stimmig · 10 = für mich derzeit sehr stimmig

Je Achse einen Wert markieren und die Punkte verbinden. Felder dürfen offenbleiben.



Start: durchgezogen ----- Ende: gestrichelt

Fünf Blickrichtungen	Start	Ende
Sinn Was ist mir bedeutsam und wofür möchte ich mich einsetzen?		
Verantwortung Was kann und möchte ich in meinem Spielraum gestalten?		
Lebendigkeit Wann spüre ich Lebendigkeit und was gibt mir Kraft?		
Verbundenheit Mit wem oder womit fühle ich mich verbunden?		
Innere Ausrichtung Was ist für mich stimmig und woran orientiere ich mich?		

Persönliche Momentaufnahme. Es gibt kein vorgegebenes Idealprofil.

© Existenz-Kompass® | Marcel Faes | Version 2.0

ARBEITSBLATT 01 / REFLEXION

Meine Ausrichtung

Festhalten, was ich erkenne. Entscheiden, was als Nächstes passt.

Name / Kürzel: _____

Zu Beginn

Was beschäftigt mich heute?

Datum / Uhrzeit: _____

Am Ende

Was nehme ich jetzt wahr?

Datum / Uhrzeit: _____

Auch Unverändertes, offene Fragen und andere Sichtweisen haben hier Platz.

01 Meine wichtigste Erkenntnis

Was wird mir über meinen Standort oder meine Ausrichtung deutlich?

02 Was meine Aufmerksamkeit braucht

Welchem Bereich möchte ich in den nächsten Tagen Raum geben?

03 Mein nächster konkreter Schritt

Was möchte ich konkret tun? Ein kleiner, stimmiger Schritt genügt.

Bis wann? _____ **Was / wer unterstützt mich?** _____

04 Persönliche Notizen

Was möchte ich noch festhalten oder im Gespräch aufgreifen?

© Existenz-Kompass® | Marcel Faes | Version 2.0