

**Wird Dein Leben von Deinem Problem bestimmt?**

**Hast Du noch Visionen?**

**Möchtest Du wieder aktive/r Gestalter/in Deines Lebens werden?**

## Mach jetzt den Schnelltest

Du kannst das PDF ausdrucken oder direkt ausfüllen. Gib jeder Frage einen Wert von 1 bis 10.

1 = niedrig/schlecht/gar nicht/nie, 10 = sehr hoch/sehr gut/absolut/sehr oft

1	Wie ist Deine Leistungsfähigkeit im Vergleich zu anderen?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2	Wie stark empfindest du Dein Problem als Einschränkung?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3	Wie häufig kommt es vor, dass Du Dich benachteiligt fühlst?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4	Wie stark empfindest Du das Leben als ungerecht?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5	Wie ausgewogen ist Dein Freizeitleben?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
6	Wie viel Zeit nimmst Du Dir für Entspannungsmethoden?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7	Wie viel Zeit nimmst Du dir für Bewegung und Sport?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
8	Wie sehr achtest Du auf gesunde Ernährung?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
9	Wie sehr bist Du Meister/in deines eigenen Lebens?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
10	Wie sehr kümmerst Du Dich um Deine Ziele und Visionen fürs Leben?	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

## Deine nächsten Schritte

1. Mache einen Screenshot oder ein Foto des ausgefüllten Schnelltests, um ihn mir zusenden zu können.
2. Vereinbare ein kostenfreies Erstgespräch mit mir unter folgendem [LINK](#).
3. Sende den Screenshot/das Foto an die [E-Mail-Adresse](#), die Du mit der Terminbestätigung erhältst.
4. Dann lass uns darüber sprechen, wo Du stehst und wie Du Dein Ziel erreichen kannst.