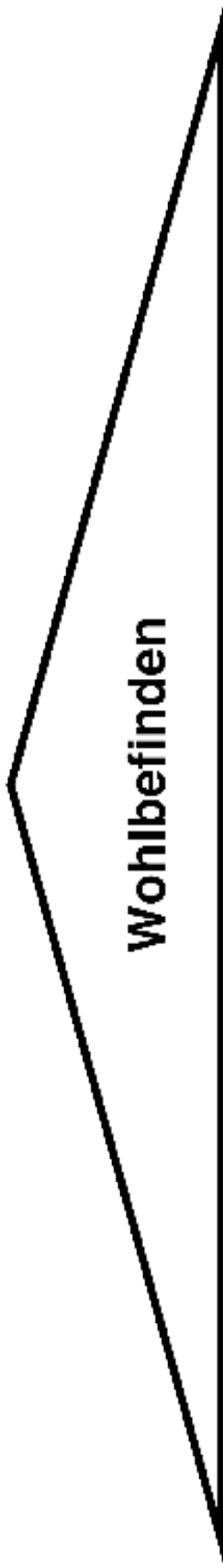




Arbeitshilfe „Wohlbefinden“

Wie steht es um Dein Wohlbefinden?

Wie groß sind Deine 4 Säulen des Wohlbefindens in Deiner aktuellen Lebenssituation? Markiere, wie stark die einzelnen Säulen zu Deinem Wohlbefinden beitragen. (Beispiel siehe Seite 2)



Wohlbefinden

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Körper und Gesundheit									

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Soziales Netzwerk									

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Arbeit und Leistung									

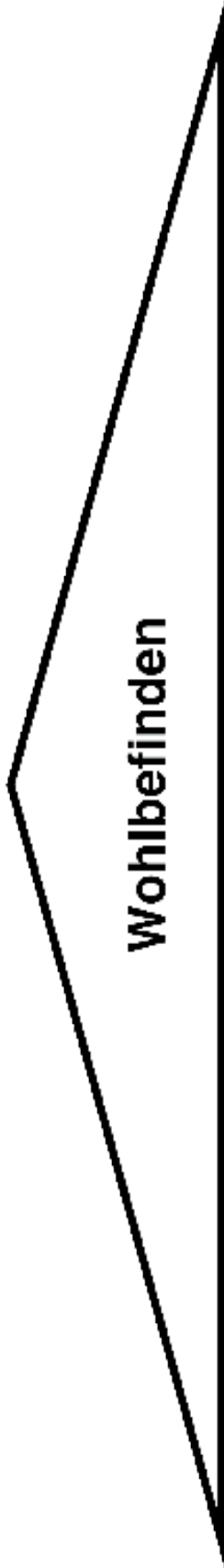
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Werte und Sinnfragen									



Arbeitshilfe „Wohlbefinden“

Wie steht es um Dein Wohlbefinden?

Wie groß sind Deine 4 Säulen des Wohlbefindens in Deiner aktuellen Lebenssituation? Markiere, wie stark die einzelnen Säulen zu Deinem Wohlbefinden beitragen. *(Beispiel)*



Wohlbefinden

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Körper und Gesundheit									

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Soziales Netzwerk									

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Arbeit und Leistung									

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Werte und Sinnfragen									