

CHECKLISTE

Dein

Zufriedenheits-

Barometer



*Wie glücklich und zufrieden
bist du mit dir
und deinem Leben?*

Mach den Check

und gewinne einen ersten Überblick über deine aktuelle Zufriedenheit

(1 = trifft wenig zu / 10 = trifft sehr zu)

- 1) Meine aktuelle Lebenssituation macht mich glücklich:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



- 2) Ich liebe mein Leben und gehe abends meistens zufrieden ins Bett:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 3) Ich kenne meine Stärken und habe Gelegenheiten, sie einzusetzen:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 4) Ich habe das Gefühl, dass andere mich und meine Arbeit wertschätzen:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 5) Ich kenne den Sinn meines Lebens, tue etwas Sinn- und Wertvolles:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Stehst du an einem Wendepunkt?

- 6) Ich fühle mich manchmal innerlich leer und denke, "War das alles? Oder kommt in meinem Leben nochmal etwas Neues?"

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 7) Ich bin an einem Punkt, wo ich gerne nochmal neu durchstarten würde:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 8) Ich möchte Klarheit für meine neue Berufung finden, Altes hinter mir lassen und neue Schritte wagen:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 9) Ich möchte mich gerne mit Menschen umgeben, die ähnlich unterwegs sind, wie ich - damit wir uns gegenseitig unterstützen und ermutigen können:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 10) Ich habe Angst, dass ich es alleine nicht schaffe und wünsche mir für meine Klarheitsfindung und meine nächsten Schritte Unterstützung:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

- 11) Ich sehne mich danach, meine Berufung zu leben und glücklich zu sein:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Was sagt dir deine Checkliste?

A: Du stellst fest, dass du im Großen und Ganzen ein recht zufriedener und glücklicher Mensch bist. Du kennst den Sinn deines Lebens, lebst deine Berufung und wirst von anderen wertgeschätzt. Das ist wunderbar und du hast viel Grund zur Dankbarkeit. Halleluja!

Wenn du magst, dann erzähl mir doch etwas von dir und deinem erfüllten Leben – ich liebe Geschichten von Menschen, oder anders gesagt: Gottes Geschichten mit uns... :)

B: Du stellst fest, bei deiner Zufriedenheit ist durchaus noch Luft nach oben. Dann sage ich dir: herzlichen Glückwunsch. Denn diese Erkenntnis kann der erste Schritt in deine neue zufriedene Zukunft sein. Du bist einzigartig, von Gott geliebt und begabt. Und auch du darfst mit deiner Einzigartigkeit deine Berufung leben.

Gerne unterstütze ich dich dabei herauszufinden, wo der Schuh bei dir drückt, Blockaden zu lösen, Klarheit für deine Stärken und nächsten Schritte zu bekommen... :)



Drei Frauen, drei Geschichten



Beate, 48

Verheiratet, macht die Buchhaltung in der kleinen Firma ihres Mannes, leitet die Jungschar in der Gemeinde, die eigenen Kinder sind aus dem Haus und es ist plötzlich so leer...

Anke, 40

Single, leitet die Marketingabteilung einer großen Firma, fürs Privatleben bleibt kaum Zeit. Finanziell ist sie sehr gut aufgestellt, aber innerlich macht sich mehr und mehr eine Unzufriedenheit breit...



Sabine, 56

Verwitwet, Pflegedienstleiterin in einem Krankenhaus, ist zurzeit jedoch krankgeschrieben und versucht nach einem Burn-out wieder auf die Beine zu kommen...

Beate, Anke und Sabine haben schon vieles im Leben geleistet.

Aber jetzt spüren sie: Veränderung steht an.

Und sie entscheiden sich aktiv zu werden und neue Schritte zu wagen...

DREI JAHRE SPÄTER ...

BEATE hat für sich entdeckt, dass es an der Zeit ist etwas mehr an sich zu denken und am eigenen Selbstbewusstsein zu arbeiten. Dazu hat sie sich professionelle Unterstützung geholt. Inzwischen hat sie sich als Buchhalterin selbstständig gemacht und stellt nun der Firma ihres Mannes ihre Arbeit in Rechnung.

Zudem ist sie Kassenwart der Kirchengemeinde und leitet neuerdings den Frauenkreis, die Jungschar hat sie dafür abgegeben. Zusammen mit ihrem Mann unterstützt sie eine Flüchtlingsfamilie in der Nachbarschaft, und sie freuen sich auf die Geburt ihres ersten Enkelkindes.



ANKE hat ihre Stelle gekündigt und sich eine einjährige Auszeit gegönnt, in der sie wieder mehr zu sich selbst gefunden hat. Dabei ist auch ihre alte Leidenschaft, das Fotografieren, wieder zum Vorschein gekommen. Vor allem liebt sie Fotos von Menschen und deren Geschichten. Gerade arbeitet sie an ihrem ersten Buch und einer Ausstellung mit Geschichten von Frauen in der Dritten Welt, um auf deren Nöte aufmerksam zu machen. Heute ist Beate sehr froh, dass sie den Sprung ins Ungewisse gewagt hat. Sie hat dabei ganz neue Seiten an sich entdeckt und viel mehr Lebensqualität gewonnen.



SABINE hat sich den Traum von einem kleinen Haus auf Ibiza erfüllt. Von hier aus leitet sie die von ihr gegründete Stiftung, mit der sie gerade in Uganda ein Krankenhaus und eine Schule bauen lässt - für Sabine ein Herzensanliegen. Der Verkauf des gemeinsamen Hauses und der Firma ihres verstorbenen Mannes haben all dies finanziell möglich werden lassen.

Liebgewonnenes loslassen, neue Schritte wagen, groß denken - all das war für Sabine nicht immer leicht und auch mit etlichen Hürden verbunden. Aber, es hat sich gelohnt.



**Und wie ist das bei dir? Wo willst DU in drei Jahren sein?
Was sind DEINE Wünsche und Träume, was ist dein Herzensanliegen?**

*Gerne helfe ich dir dabei,
verborgene **Schätze IN DIR** aufzuspüren
und **Klarheit über deine Träume**
und für die **nächsten Schritte**
auf deiner Lebensreise zu bekommen. :)*