

# CRYSTAL WORK · SELBSTEINSCHÄTZUNG

## DER KLARE WEG ZU DEINER LEBENSVISION

**NOTIERE DEN AKTUELLEN STAND IN DEINEM LEBEN MIT DIESER SELBSTEINSCHÄTZUNG.**

Vertraue deinem ersten Impuls und notiere beherzt und ehrlich. Es geht hier nicht um Leistungsbewertung im Sinne von „Gut“ oder „Schlecht“. Es geht um das Bewusstsein für ein glückliches, erfülltes Leben. Man könnte auch sagen, je mehr du dir über dich bewusst wirst, desto mehr Heilung und Wachstum ist möglich. Das ist von Wert ... weil du voll Wert bist!


Dein Namen

Datum

Skaliere die Bereiche von 1 bis 10.

1 = sehr unzufrieden - schwach

sehr zufrieden - stark = 10

|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Entwicklung |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|-------------|
| 1. KÖRPERLICHE GESUNDHEIT  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| KÖRPERGEFÜHL   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 2. WILLENSKRAFT  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| EMPATHIE   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 3. KONZENTRATIONSFÄHIGKEIT   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| INNERER DIALOG   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 4. BEWUSSTHEIT   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| GEWOHNHEITEN   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 5. SPIRITUALITÄT   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| ERDUNG   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 6.  PARTNERSCHAFT |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| EIGENLIEBE   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 7. ELTERN-/PATENSCHAFT   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| INNERES KIND   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 8. FREUND*INNEN KREIS  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| SELBST-VERTRAUEN   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 9. GELD  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| INNERER WERT   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 10. BERUF  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| BERUFUNG   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 11. KOMMUNIKATION  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| INNERE KLARHEIT  |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |
| 12. KLARE LEBENSVISION   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | +           |
| COMMITMENT   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |    | -           |

VON HIER AUS STARTEST DU DEINE REISE IN DEIN WAHRES SELBST! STEP-BY-STEP!