Lebens-Rollen

Wer seine Lebens-Rollen kennt und priorisiert, entscheidet klarer und ohne Reue

So füllst du das Arbeitsblatt aus

Liste im ersten Schritt unsortiert (so, wie sie dir einfallen) alle deine Rollen auf, die du derzeit in deinem Leben hast. Anschließend priorisiere sie (von 1 bis...) so, wie du sie in deinem Leben gewichten möchtest. Wenn du die Priorisierung vorgenommen hast, übertrage deine Rollen in dieser priorisierten Reihenfolge in die Tabelle auf der nächsten Seite.

Deine Lebens-Rollen	Priorität in deinem Leben

Lebens-Rollen

Wer seine Lebens-Rollen kennt und priorisiert, entscheidet klarer und ohne Reue

So füllst du das Arbeitsblatt aus

Liste alle deine Rollen in der Reihenfolge auf, wie du sie für dein Leben priorisiert hast. Bewerte dann, wie zufrieden du derzeit mit jeder Rolle bist. Danach überlege erste Ideen, was du ab sofort in der jeweiligen Rolle anders machen möchtest.

Prio	Deine Lebens-Rollen	Wie zufrieden bist du? (1-10)	Was sofort verändern?
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

© UnternehmerSpirit

Lebens-Rollen

Wer seine Lebens-Rollen kennt und priorisiert, entscheidet klarer und ohne Reue

So füllst du das Arbeitsblatt aus

Du hast deine Lebens-Rollen bestimmt, sie priorisiert, für dich festgestellt, wie zufrieden du in jeder Rolle bist und erste Ideen entwickelt, was du verändern möchtest. Jetzt geht es um den nächsten konkreten Schritt.
Nimm dir eine Rolle - oder die aus deiner Sicht wichtigste Rolle - vor und lege fest, was genau du sofort und bis wann tun wirst.

Mein nächster Schritt
In welcher Rolle ist der Abstand zwischen deiner Zufriedenheit und der Priorität dieser Rolle am größten?
Welche Rolle bekommt derzeit zu viel Aufmerksamkeit und was möchtest du bewusst daran ändern?
Die eine Sache, die ich als nächstes tun werde: