



Gesundheit

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Liebe/Beziehung

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Familie

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Ursprungsfamilie

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Finanzen

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?



Beruf

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Freunde/Soziales

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Freizeit/Hobbies

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Wohnsituation

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?



Ich

Ist-Zustand

Wie sieht meine aktuelle Situation aus?

Wie geht es mir mit dieser Situation?
Wie fühle ich mich?

Was denke ich über mich/über andere in
dieser Situation?

Wunsch-Zustand

Wie hätte ich es gerne?

Wie möchte ich mich fühlen?

Was möchte ich über mich/über andere
denken?

Was kann ich tun um meine Situation zu verändern?
