

1. HABEN

- a. Mein finanzielles Vermögen beträgt in etwa
 - Weniger als 0
 - Zwischen 0 und 100.000
 - Zwischen 100.001 und 999.999
 - Mehr als 1 Million

- b. Wie zufrieden bin ich damit? Notenskala 1(sehr) – 5 (gar nicht)

- c. Wie lange könnte ich davon leben? Anzahl der Jahre

2. KÖNNEN

Definition „Optimalbelastung“: Das tun was meinen Fähigkeiten entspricht und mich in der Intensität weder belastet (Überforderung) noch langweilt (Unterforderung).

- d. Welchen Anteil an meiner wachen Zeit habe ich so eine Optimalbelastung? %

3. Verbunden - Sein

- e. Wie vielen Menschen bin ich so verbunden, dass
 - 1. Ich mir sicher sein kann, dass sie mir helfen, wenn ich in Schwierigkeiten bin oder nichts mehr besitze?
Anzahl der Menschen

 - 2. Ich ihnen – in Freud und Leid - mein Herz ausschütten kann, die mich an ihrer Freude teilhaben lassen und mir ihr Herz ausschütten?
Anzahl der Menschen

- f. Wie vielen Gemeinschaften (kleine wie ganz große) fühle ich mich zugehörig?
Anzahl der Gemeinschaften

Ergebnis

A. Zu welchen Überlegungen bringen mich die obigen Fragen?

.....
.....
.....

B. Wie hoch bewerte ich mein persönliches Wohl auf einer Notenskala von 1 (sehr gut) bis 5 (nicht genügend)?

Niveau meines derzeitigen persönlichen Wohls

Fragebogen entwickelt von:

