

# Der Energie-Check

## Zuversicht:

Welche Kompetenzen und Fähigkeiten habe ich?

---

---

---

Was gibt mir die Zuversicht, dass ich meine aktuellen Aufgaben und Ziele erreichen kann?

---

---

---

Worauf kann ich mich in meinem Leben verlassen?

---

---

---

## Einfluss:

Wo nutze ich aktuell meine Spielräume schon gut?

---

---

---

Wie kann ich sie noch besser nutzen?

---

---

---

Womit kann ich meine Spielräume erweitern?

---

---

---

**Sinn:**

Was gibt mir in meiner aktuellen Situation Zufriedenheit?

---

---

---

Welchen Sinn sehe ich in meiner Tätigkeit?

---

---

---

Welche Werte zeichnen mich aus?

---

---

---

Wo kann ich diese Werte in meiner aktuellen Tätigkeit leben?

---

---

---

