

Der Tafelberg

**Ergänzung zum vierten Teil unseres Buches „Der Glücksweg“.
Möglichkeit zur regelmäßigen persönlichen Bearbeitung und
Weiterentwicklung.**

Mit dem Tafelberg als Modellweg zum nachhaltigen Lebensglück haben wir Ihnen im ersten Teil des Buches ein Bild an die Hand gegeben, das Sie sich möglichst alle ein bis zwei Jahre neu vor Augen führen sollten.

Drucken Sie sich das Bild des Tafelberges aus und legen Sie es sich in Ihre persönliche Wiedervorlage, die Sie regelmäßig einmal im Jahr für eine Standortbestimmung durchgehen. Überlegen Sie, in welcher Lebensphase Sie sich zurzeit befinden und inwieweit Sie sich bisher mit zukünftigen Lebensphasen beschäftigt haben. Was erwarten Sie von sich und Ihrem weiteren Leben? Können Sie die Ziele erreichen, die Sie sich gesteckt haben? Sind diese Ziele zu leicht, herausfordert und mit Anstrengung erreichbar oder sind Ihre Ziele unerreichbar?

Auszug aus möglichen Fragen zu Ihrem persönlichen Tafelberg

- In welchem Lebensalter befinde ich mich?
- Wie habe ich meinen bisherigen Weg erlebt?
- Welche Resultate erwarte ich von mir selbst? Sind diese Ziele realistisch?
- Was würde ein guter Freund über meinen bisherigen Lebensweg sagen?
- Welche herausfordernden Lebensereignisse habe ich in den letzten fünf Jahren gemeistert?
- Wie bereite ich mich auf die zukünftigen Phasen vor?

Weitere Fragen finden Sie im vierten Teil des Buches „Der Glücksweg“

Abbildung: Der Tafelberg – Modellweg zum Lebensglück

