



### Die Beschreibung meiner Lebensqualität - Seite 1

Wenn Sie klar beschreiben, was Sie im Idealfall in jeder Dimension an Lebensqualität erwarten, haben Sie eine gute Grundlage für ein Gefühl von Erfüllung. Es fällt Ihnen dann leichter, jede Woche zu bewerten.

#### Lebendiges Familienleben

#### Anerkennung, Bestätigung erhalten

#### Freundschaft, gebraucht werden

#### Erfüllung im Beruf, Aufgaben übernehmen



## Die Beschreibung meiner Lebensqualität - Seite 2

Wenn Sie klar beschreiben, was Sie im Idealfall in jeder Dimension an Lebensqualität erwarten, haben Sie eine gute Grundlage für ein Gefühl von Erfüllung. Es fällt Ihnen dann leichter, jede Woche zu bewerten.

### Geborgenheit erleben

### Selber gestalten, Herausforderungen

### Gesundheit, Körpergefühl

### Erfüllender Sex, Kuschneln, Körperkontakt



### Die Beschreibung meiner Lebensqualität - Seite 3

Wenn Sie klar beschreiben, was Sie im Idealfall in jeder Dimension an Lebensqualität erwarten, haben Sie eine gute Grundlage für ein Gefühl von Erfüllung. Es fällt Ihnen dann leichter, jede Woche zu bewerten.

Abenteuer, Neues erleben, Feiern

Selbstakzeptanz, innerer Frieden

Finanzieller Freiraum

Entspannung, Erholung