SCHNELLTEST

Wo stehe ich hier und heute?
Wo will ich hin?

Bewegung und Sport

Bewegung macht mir keine Freude, sie spielt in meinem Alltag keine Rolle.

Bewegung ist eine meiner Quellen und ich genieße sie am liebsten täglich.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Beweglichkeit

Ich fühle mich steif wie ein Brett.

Ich bin geschmeidig und dynamisch wie eine Katze.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Schmerzen entlang der Wirbelsäule

Schmerzen beeinträchtigen mich täglich, auch nachts.

Ich bin im Wesentlichen schmerzfrei.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Schmerzen generell

Schmerzen nerven mich und ich ignoriere sie.

Ich kann Schmerzen annehmen, aber ich will herausfinden, worauf sie mich hinweisen.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Tatkraft und Selbstvertrauen

Entscheidungen fallen mir schwer, ich schrecke vor Neuem zurück und vertraue mir wenig.

Ich trage große Entschlossenheit in mir und setze meine Wünsche überzeugt in die Tat um.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Berufsleben

Ich fühle mich blockiert, nicht genügend wertgeschätzt und sehe wenig Perspektive.

Meine Kreativität und mein Können kann ich voll ausleben und fühle mich Wert geschätzt.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Privatleben

Ich bin am falschen Fleck und die Energie-Vampire um mich herum machen mich wütend.

Um mich herum sind die richtigen Menschen und ich genieße mein Sein.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vergangenes

Ich sinniere häufig über Vergangenes und ich gräme mich über meine Fehler.

Vergangenes belastet mich nicht. Ich lebe ausgeglichen im Jetzt.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zukunft

Ich habe Angst vor Fehlern und fühle mich unsicher.

Ich spüre tiefe Zuversicht für alles was kommt.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

DEINE AUFGABE:
Füll Deinen Schnelltest gleich aus und schicke ihn an
welcome@move-to-balance.com

Marie Stich

Ich freue mich sehr darauf, Dich kennenzulernen!