

## Selbstevaluation (nach Michael Beckwith)

Wenn Du Dich für Dein persönliches Wachstum interessierst, dann analysiere bitte Deine 8 Lebensbereiche anhand der unten aufgeführten Fragen. Diese Selbstevaluation ist aus zwei Gründen hilfreich:

1. Du wirst wissen, auf welche Lebensbereiche du dich während der 3 Tage fokussieren solltest.
2. Du wirst einen Referenzpunkt festlegen, anhand dessen du später auswerten kannst, in welchen Lebensbereichen du dich durch das Seminar verbessert hast. Wiederhole diese Selbstevaluation am Ende unserer 3 Tage.

**Wichtiger Hinweis:** Denke nicht zu lange nach, sondern notiere die Zahl, die dir als erstes in den Sinn kommt, oder die dir dein Bauchgefühl sagt.

Bewerte die folgenden Aussagen auf einer Skala von 1-10. (1: trifft überhaupt nicht zu; 10: trifft voll zu).	Skala 1-10
<b>Ego:</b> Bewusstsein und Bescheidenheit machen meinen Charakter aus und ich vergleiche mich nicht ständig mit anderen Menschen über oder unter mir.	
<b>Berufung:</b> Ich bin mir meiner Begabungen und meiner höheren Berufung bewusst	
<b>Beziehung zu dir selbst:</b> Ich liebe mich. Ich behandle mich gut, akzeptiere und respektiere mich.	
<b>Beziehung zu Partner*in, Ehepartner*in oder Lebensgefährte*in:</b> Ich liebe meine*n Partner*in. Ich behandle sie gut, akzeptiere und respektiere sie.	
<b>Beziehung zu deinen Eltern:</b> Ich liebe meine Eltern. Ich behandle sie gut, akzeptiere und respektiere sie.	
<b>Beziehung zu deinen Kindern:</b> Ich liebe meine Kinder. Ich behandle sie gut, akzeptiere und respektiere sie.	
<b>Beziehung zu deinen Freund*innen:</b> Ich liebe meine Freund*innen. Ich behandle sie gut, akzeptiere und respektiere sie.	
<b>Beziehung zu deinen Arbeitskolleg*innen:</b> Ich liebe meine Arbeitskolleg*innen. Ich behandle sie gut, akzeptiere und respektiere sie	
<b>Beziehung zu Fremden:</b> Ich liebe Menschen, die mir fremd sind. Ich behandle sie gut, akzeptiere und respektiere sie. Ich spüre Harmonie, Vertrauen und Stabilität in ihrer Nähe	

➔ Fortsetzung: siehe nächste Seite

Seite 2

Bewerte die folgenden Aussagen auf einer Skala von 1-10. (1: trifft überhaupt nicht zu; 10: trifft voll zu).	Skala 1-10
<b>Körperbewusstsein:</b> Ich behandle meinen Körper gut und pflege ihn. Ich ernähre mich gesund, treibe Sport, und schlafe ausreichend. Mein Körper ist gesund, stark und zufrieden.	
<b>Finanzen:</b> Ich komme mit dem Geld, das mir zur Verfügung steht, gut zurecht. Ich habe genug, viel mehr als ich eigentlich benötige, und es fehlt mir an nichts.	
<b>Überzeugungen:</b> Ich verstehe meine Überzeugungen sehr gut. Mir ist bewusst, dass ich über unbewusste Glaubenssätze und Einstellungen verfüge, die im Laufe meiner Kindheit, oder durch meine Eltern, Lehrer/-innen, die Medien oder mein Umfeld entstanden sind	
<b>Spiritualität:</b> Ich kenne mein spirituelles Wesen. Ich fühle mich sehr stark verbunden mit meinem wahren spirituellen Ich.	
<b>Gemeinschaft:</b> Ich diene der Welt und anderen gewissenhaft. Ich setze mich persönlich dafür ein, die Weltgemeinschaft mit meinen Fähigkeiten, Talenten, Gaben und Dienstleistungen zu bereichern.	

Vielen Dank für Deine Selbsteinschätzung!

Nutze diese gerne für ein Vorabgespräch mit den Seminarleitern.

Wir freuen uns auf Dich.

***Karin & Matthias Hetzel***