

Bist Du bereit für Veränderung?

Herzlich Willkommen zum „Bereit für die Veränderung“-Selbsttest!

Bist du bereit, dein Leben in eine neue, aufregende Richtung zu lenken? Sehnt du dich nach mehr Lebensfreude, einem gestärkten Selbstbewusstsein, beruflichem Erfolg und harmonischen Beziehungen? Dann bist du hier genau richtig!

Als Coach für Frauen, die sich in beruflichen oder privaten Sackgassen wiederfinden, möchte ich dich auf eine spannende Reise zur Selbstreflexion und Veränderung einladen. Dieser Selbsttest besteht aus 10 Fragen, die dir helfen werden, deine Bereitschaft für Veränderung zu erkunden und herauszufinden, ob du bereits reif für den nächsten Schritt in deinem Leben bist.

Die Fragen sind nicht nur Fragen; sie sind deine Eintrittskarte zu einem erfüllteren Leben. Je ehrlicher du die Fragen beantwortest, desto klarer wird dir, in welche Richtung du dich bewegen möchtest. Am Ende des Tests wirst du nicht nur besser verstehen, wo du stehst, sondern auch Inspiration für die nächsten Schritte gewinnen.

Also, lasse uns gemeinsam aufbrechen und herausfinden, ob du bereit für die Veränderung bist. Du bist nur einen Klick davon entfernt, die Tür zu einem aufregenden neuen Kapitel deines Lebens zu öffnen. Mach dich bereit, dein Potenzial zu entfesseln und die Lebensfreude zurückzugewinnen!

Dann lass uns starten!

Frage 1: Wie sprudelt Deine Lebensfreude derzeit?

- a) Es ist Ebbe, und ich brauche dringend Flut
- b) Ein laues Rinnsal, aber ich könnte mehr sprudelnde Quellen vertragen
- c) Neutral, wie ein ruhender See
- d) Es fließt ziemlich gut, aber ich könnte einen Energiekick vertragen
- e) Ich sprudele vor Lebensfreude!

Frage 2: Bist Du bereit, dein Leben mit neuen Farben zu malen?

- a) Ich mag meine alten Farben, danke!
- b) Vielleicht ein paar neue Akzente hier und da
- c) Neutral, ich bin offen für alles
- d) Ich hole gleich mal den Farbeimer her!
- e) Mein Leben wird ein wahres Kunstwerk der Veränderung!

Frage 3: Wie hoch ist dein Selbstbewusstseinspegel?

- a) Selbstbewusstsein? Was ist das?
- b) Es könnte definitiv eine Auffrischung vertragen
- c) Neutral, ich schwanke manchmal
- d) Ich bin auf dem Weg zum Selbstbewusstseins-Champion!
- e) Mein Selbstbewusstsein strahlt wie ein Stern!

Frage 4: Kommunizierst Du deine Wünsche klar und deutlich?

- a) Ich wünschte, ich könnte das!
- b) Manchmal versuche ich es leise zu flüstern
- c) Neutral, ich sage, was ich denke
- d) Meine Botschaft ist klar wie der Himmel!
- e) Ich rufe meine Wünsche laut in die Welt hinaus!

Frage 5: Bist Du ein Rückschlags-Champion oder ein Frustkloß?

- a) Rückschläge lassen mich voll im Regen stehen.
- b) Ich kämpfe gegen Rückschläge an, aber manchmal sind sie stärker.
- c) Neutral, ich nehme sie, wie sie kommen
- d) Rückschläge sind meine Trainingspartner!
- e) Rückschläge sind für mich das Sprungbrett zum Erfolg!

Frage 6: Welche Geschichten schreiben deine Beziehungen?

- a) Toxische Dramen und Rätsel
- b) Einige Kapitel sind etwas langweilig, aber ich arbeite daran
- c) Neutral, es gibt Höhen und Tiefen
- d) Jedes Kapitel ist ein Abenteuer!
- e) Inspirierende Liebesromane und Freundschaften, die zum Herzen sprechen!

Frage 7: Wie viel Zeit investierst Du in das Zaubern von Me-Time?

- a) Null Zeit, ich bin wie ein Hamster im Rad
- b) Etwas Zeit, aber es ist ein seltener Zauber
- c) Neutral, ich versuche die Balance zu halten
- d) Ich bin eine Me-Time-Magierin!
- e) Ich bade regelmäßig in einem Whirlpool aus Me-Time!

Frage 8: Bis Du mutig genug, die Angst vor Veränderung zu besiegen?

- a) Die Angst hat mich fest im Griff
- b) Ich schüttele die Angst wie Staub von meinen Schultern
- c) Neutral, ich kämpfe ein bisschen
- d) Ich tanze mutig mit der Angst
- e) Die Angst hat keine Chance gegen meinen Veränderungswillen!

Frage 9: Wie gut harmonieren deine beruflichen Ziele mit deinen Herzenswünschen?

- a) Sie sind wie Wasser und Öl, es gibt nur Chaos
- b) Sie spielen nicht in der gleichen Tonart, aber ich bin am Abgleichen
- c) Neutral, es gibt Höhen und Tiefen
- d) Sie sind wie ein gut abgestimmtes Orchester
- e) Sie singen im Einklang, wie ein himmlischer Chor!

Frage 10: Welchen Schritt würdest Du wagen, wenn Erfolg garantiert wäre?

- a) Ich bleibe auf sicherem Boden, Veränderung ist zu beängstigend
- b) Ich wage einen Zehenspitzen-Sprung aber nur mit Netz und doppeltem Boden
- c) Neutral, ich schwanke zwischen Mut und Vorsicht
- d) Ich mache einen kühnen Sprung nach vorne!
- e) Ich springe kopfüber in das Abenteuer des Lebens!

Bereit für,s nächste Level Lebensglück?

Geschafft!

Super, dass Du dir die Zeit genommen hast und schon den ersten wichtigen Schritt in deiner Selbstreflexion gegangen bist. Deine Antworten geben Dir selbst Aufschluss darüber, ob es bei Zeit zur Veränderung ist.

Wenn bei Dir überwiegend „a“ oder „b“ zutreffend sind, dann ist wahrscheinlich jetzt genau der richtige Zeitpunkt, einmal darüber nachzudenken, was es bei dir braucht, um ein next Level zu erreichen und wieder die Lebensfreude und Erfüllung zu finden, die du suchst.

Veränderung kann manchmal herausfordernd sein, aber sie kann auch unglaublich lohnend sein, besonders wenn du die richtige Unterstützung hast. Als Coach stehe ich dir zur Verfügung, um dich auf diesem Weg zu begleiten, deine Ziele zu setzen und die Schritte zu planen, die du unternehmen musst.

Wenn du bereit bist, tiefer in die Arbeit an dir selbst einzusteigen, dann zögere nicht, mich zu kontaktieren. Wir können gemeinsam daran arbeiten, deine Träume zu verwirklichen und die Veränderung herbeizuführen, die du dir wünschst.

Bereit für den nächsten Schritt? Lass uns reden und dein Leben auf das nächste Level heben!



Carola Rupp

Coach für Persönlichkeitsentwicklung

kontakt@carolarupp.de

Ganz zur dir!