

Level Up Metoden



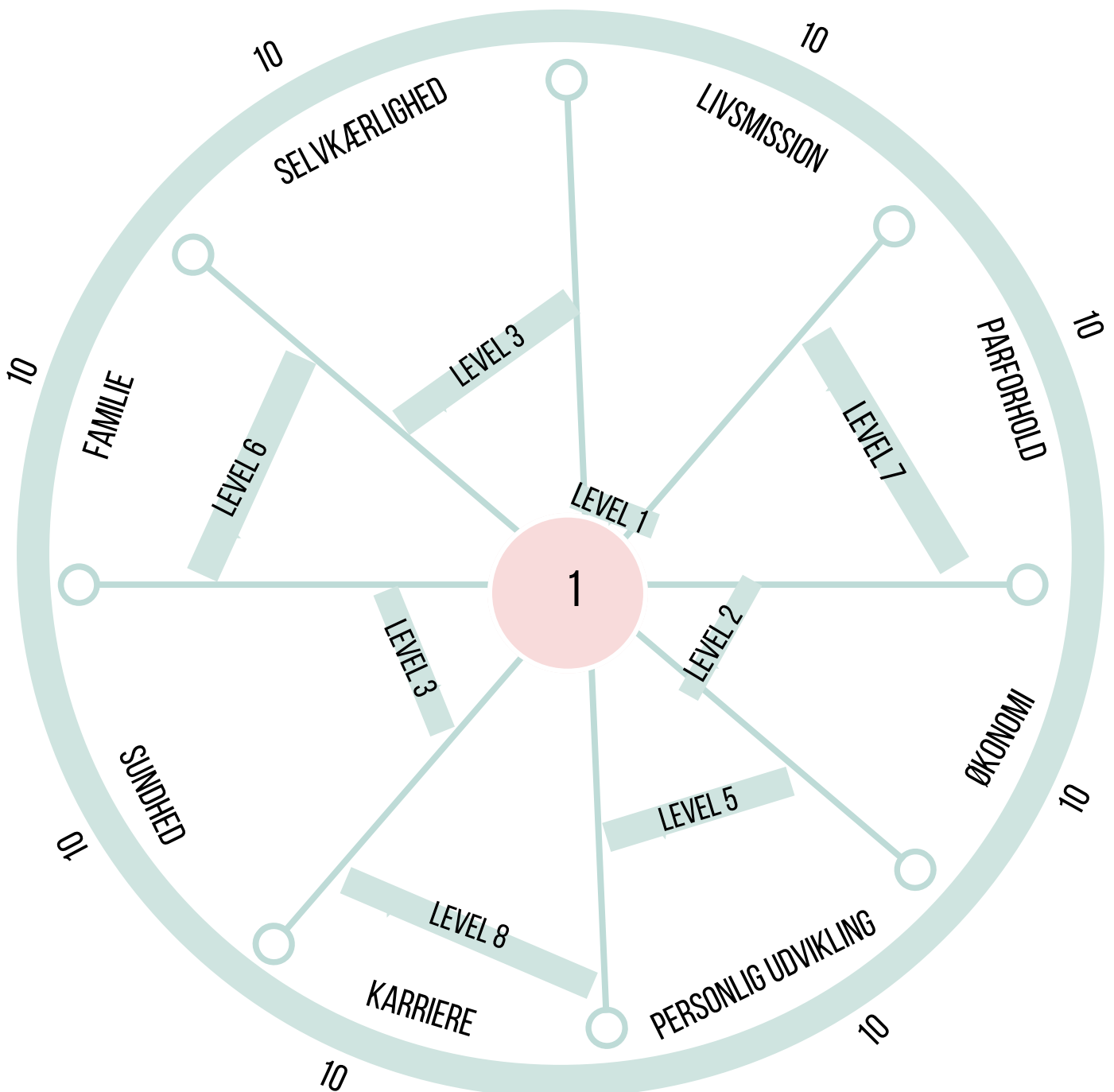
1 LIVSHJULET -
HVILKE LEVELS
LEVER DU PÅ?

LIVSHJULET

På hvilke livsområder(livs-levels) føler du dig tilfreds og hvilken grad af tilfredshed oplever du?

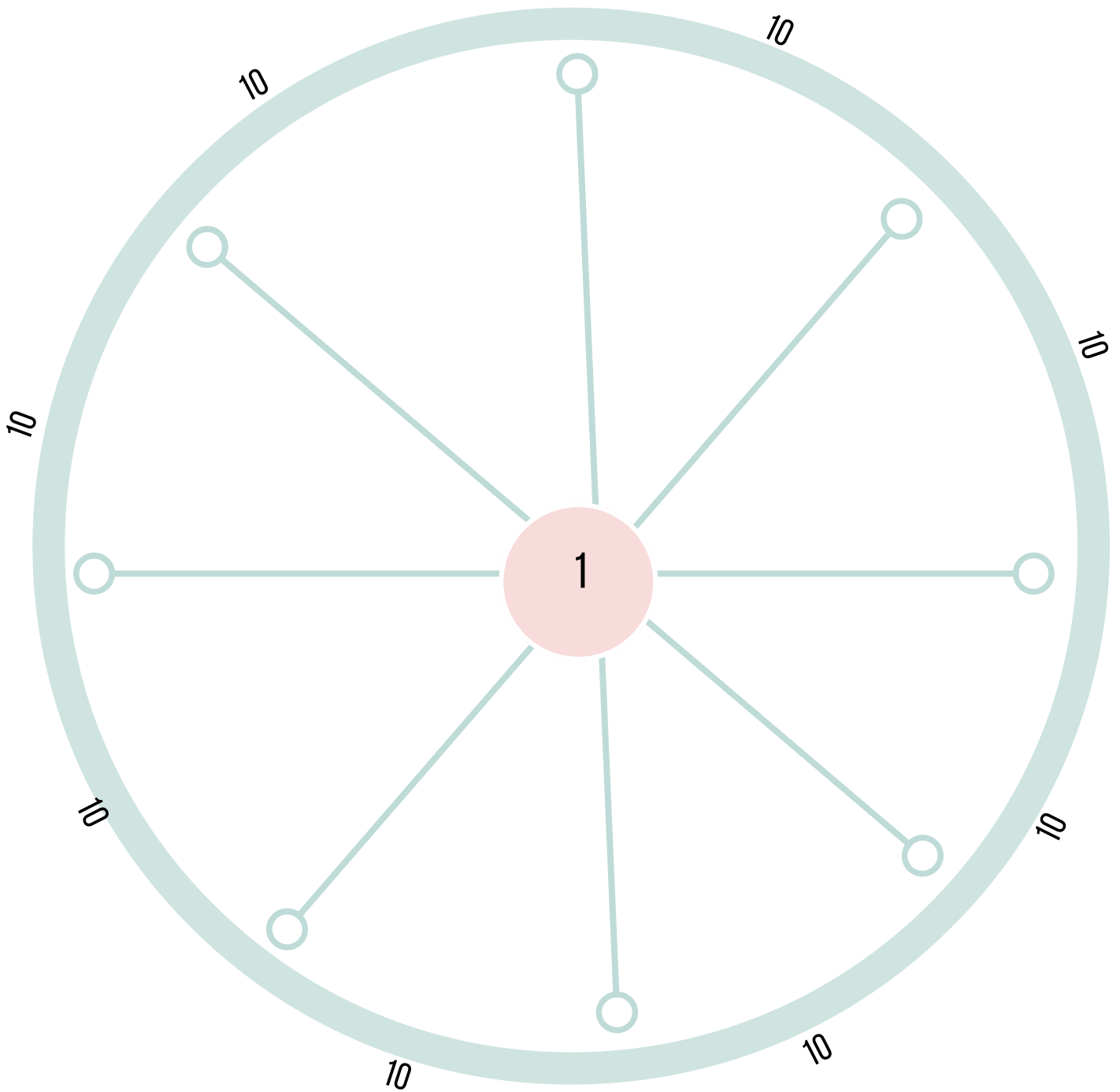
Udfyld livshjulet med følgende data: Vælg de livsområder der er vigtige for dig. Jeg har nedenunder lavet et eksempel på et udfyldt livshjul, så du kan få lidt inspiration.

Tag stilling til hvordan du score på de forskellige selvvalgte livs-levels. 1 er det laveste og 10 er det absolut bedst tænkelige.




DIT LIVSHJUL

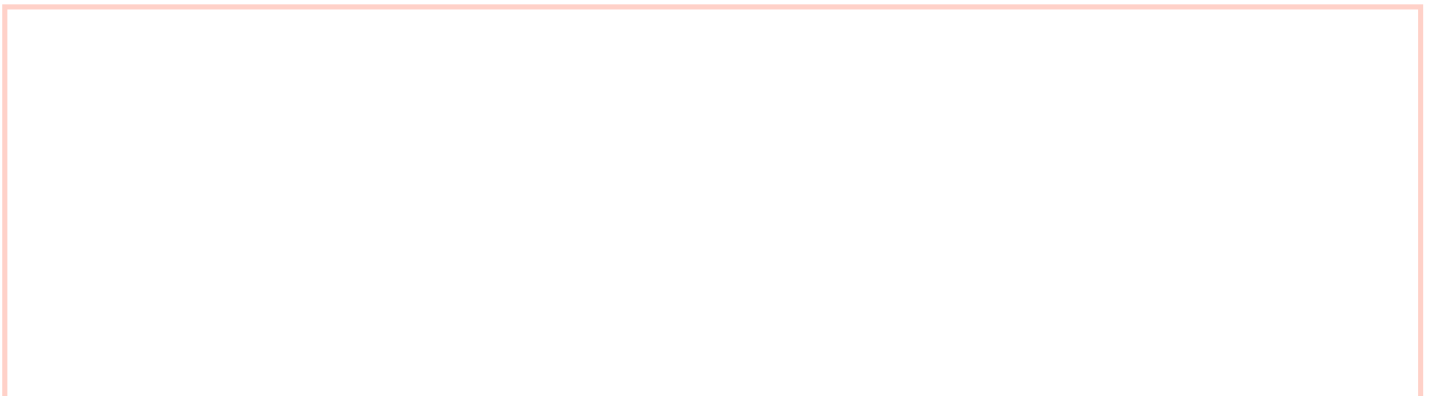
DATO:



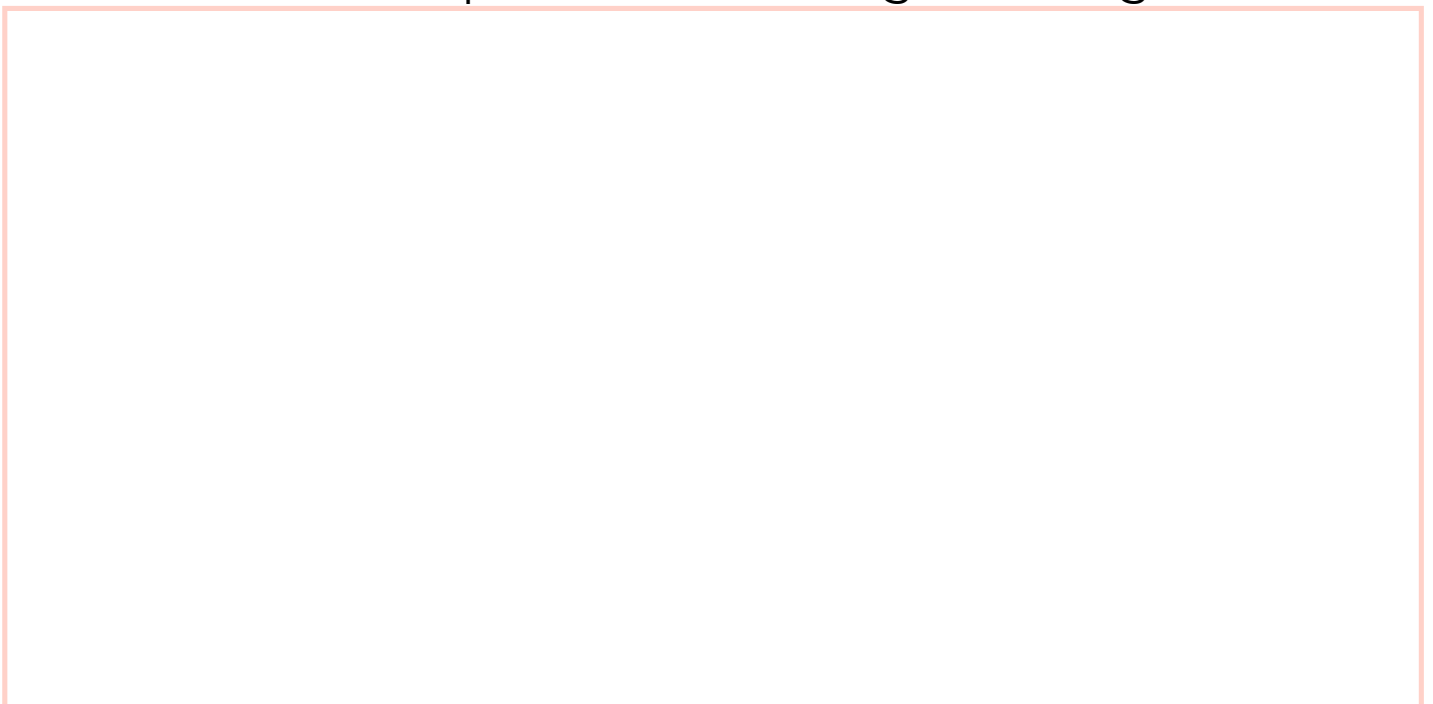
Hvilke 3 livs-levels fra dit livshjul trænger til opmærksomhed og udvikling?



Hvilke 3 livs-levels har du allerede succes med?



Hvad vil du opnå indenfor de 3 livs-levels der har fået mindst opmærksomhed og udvikling?



FÅ MIN HJÆLP



Når du ønsker et forløb hos mig, er det fordi at du er klar til at tage dig selv alvorligt. Du er færdig med at nøjes med, finde dig i og håbe på at tingene bliver bedre -hvad enten det omhandler dit kærlighedsliv, din karriere, din personlige udvikling eller noget helt fjerde. Jeg arbejder meget direkte, konfronterende og støttende. Når du går hos mig, er det ikke for at blive aet på ryggen – men for at rykke dig. Jeg er bag dig hele vejen og du har altid mulighed for at få løbende sparring mellem dine sessioner.

Skriv til mig på mail: signe@neslein.com og book en afklarings samtale hvor vi sammen finder ud af, om jeg er det rigtige match for dig.

Jeg glæder mig til at hjælpe dig med at blive den bedste udgave af dig.

Signe Neslein



Coach, terapeut & specialist i de mentale og følelsesmæssige offerroller