

# 6 einfache Fragen

## Die Dein Leben verändern

- Frage 1: Kreisen in Deinem Kopf ständig irgendwelche Gedanken oder hast Du auch Phasen der Stille in Dir?
- Frage 2: Beschäftigen Dich Deine Probleme von der Arbeit auch zuhause?
- Frage 3: Wachst Du morgens frisch und erholt auf?
- Frage 4: Welches Gefühl ist besonders präsent in Dir?  
Euphorie, Ausgeglichenheit, Traurigkeit, Stress
- Frage 5: Welche Aktivitäten und Methoden zum Ausgleich von mentaler Anspannung nutzt du?
- Frage 6: Denkst oder sagst Du manchmal  
„Da kann man nichts machen“ oder „Ich bin unfähig“?

Sende Deine kurzen Antworten per E-Mail an [ak@alexanderklein.coach](mailto:ak@alexanderklein.coach) und Du erhältst kostenlos einen Coaching-Impuls, der Dir helfen wird, glücklicher zu leben.



**D** | DEUTSCHER  
**F** | FACHVERBAND  
**C** | COACHING

Werte. Resonanz. Sinn.

**Alexander Klein**  
Personal & Business Coach