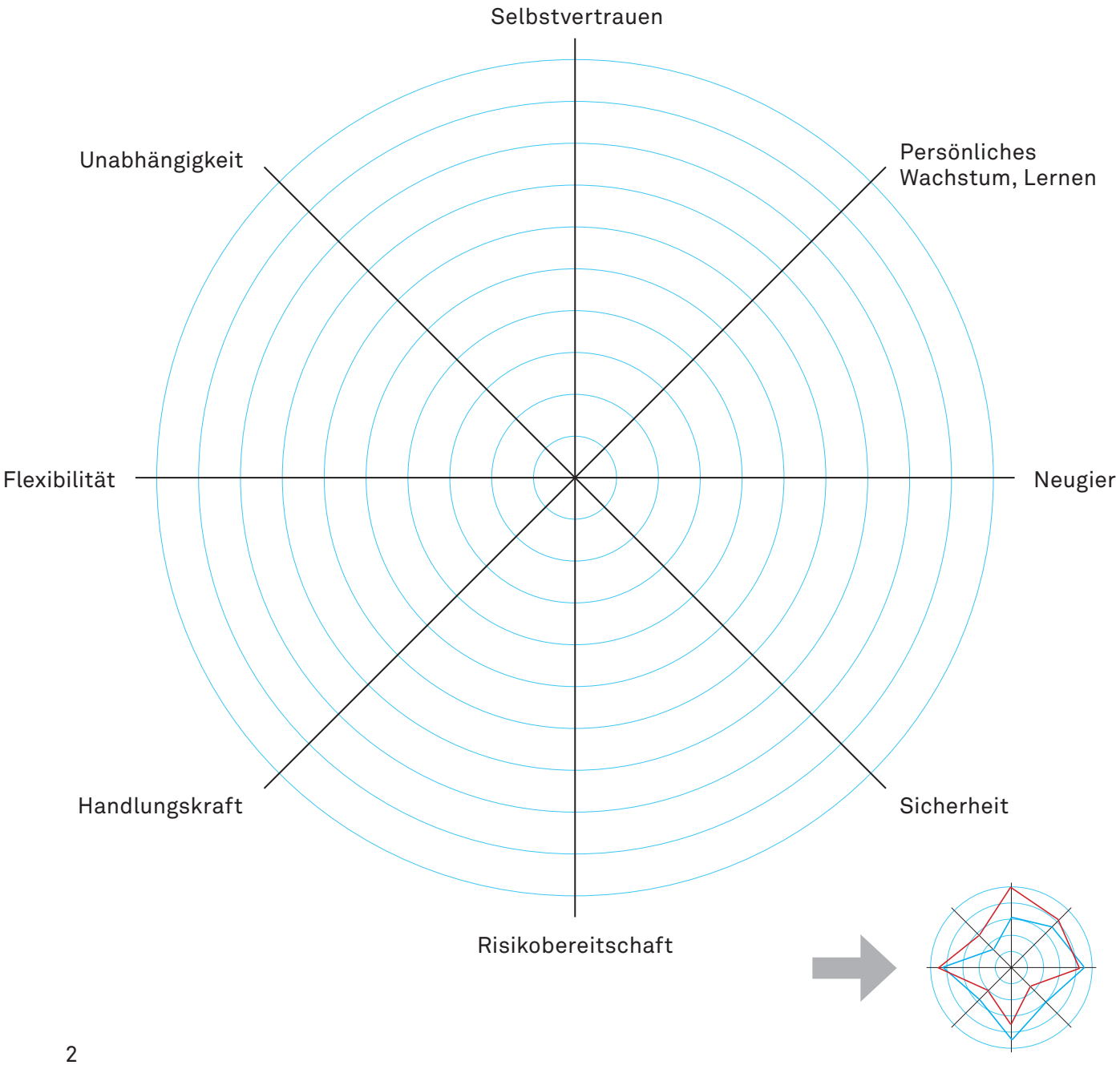
Welche Qualitäten sind dir wichtig?

1

Die Achsen dieses Spider-Diagramms sind mit einigen Qualitäten und Eigenschaften bezeichnet, die für die Lebensgestaltung und im Umgang mit Veränderungen von Bedeutung sind.
Wähle zwei Farben. Trage mit der ersten Farbe auf jeder Achse ein, wie wichtig, wie zentral in deinem Leben diese Qualität für dich ist. Trage mit einer neuen Farbe ein, wieviel (Spiel-)Raum diese Qualität im Moment erhält. Auf einer Skala von 1 bis 10 bedeutet 1 (innerster Kreis): nicht wichtig/kein Raum, 10 (äusserster Kreis): sehr wichtig/viel Raum.



2

Betrachte deine zwei Spider. Wie verhalten sie sich zueinander?
Was fällt dir auf? Was ist überraschend? Was zeigt sich? Woran möchtest du weiter arbeiten?