



Name/Kürzel

Datum

Analyse mit Hilfe der manaloha-Methode

Der Kreis des Lebens





Name _____

Geboren am _____ um _____ Uhr in _____

Aufgewachsen in _____

Umgezogen nach _____

Gelandet in _____

verheiratet/Partnerschaft geschieden getrennt lebend Single überzeugter Single

Aktuelle Kontaktdaten

Straße, Plz & Ort _____

Telefon _____

eMail-Adresse _____





MEIN LEBEN
in Fakten

Name/Kürzel

Datum

Kindergarten

Grundschule

Weiterführende Schule

Ausbildung/Studium

Abschluss

Jobs

Unternehmen/Position

Dauer (ca.)

Unternehmen/Position

Dauer (ca.)

Unternehmen/Position

Dauer (ca.)

Unternehmen/Position

Dauer (ca.)

Unternehmen/Position

Dauer (ca.)





MEIN LEBEN
in Fakten

Wichtige Menschen in meinem Leben

Mutter Name _____ Geburtsjahr _____

Vater Name _____ Geburtsjahr _____

Geschwister Name(n) _____ Geburtsjahr(e) _____

Name(n) _____ Geburtsjahr(e) _____

Lebenspartner Name _____ Geburtsjahr _____

Kinder Name(n) _____ Geburtsjahr(e) _____

Name(n) _____ Geburtsjahr(e) _____





Weitere wichtige Menschen in meinem Leben oder einer Lebensphase

Name _____ Alter (ca.) _____

Rolle(n) _____

Name _____ Alter (ca.) _____

Rolle(n) _____

Name _____ Alter (ca.) _____

Rolle(n) _____

Name _____ Alter (ca.) _____

Rolle(n) _____





MEIN LEBEN
in Gefühlen

Name/Kürzel

Datum

Besonders prägende Ereignisse in meinem Leben







Was mich bewegt

Name/Kürzel

Datum

Horizontal lines for writing.



Gesundheit
 Sport/Prävention
 Bewegung
 Ernährung
 Entspannung, Schlaf
 Wohlbefinden
 Flow



Name/Kürzel

Datum





Name/Kürzel

Datum



Beziehungen

Familie, Freunde,
soziale Kontakte,
Partnerschaft,
Sexualität,
Gemeinschaft,
Führung



Name/Kürzel

Datum



Finanzen
 Einkommen
 Vermögen, Eigentum
 Altersvorsorge

1
 2
 3
 4
 5
 6
 7
 8
 9
 10





Name/Kürzel

Datum



Arbeiten

Beruf und Berufung

○ 1 ○ 2 ○ 3 ○ 4 ○ 5 ○ 6 ○ 7 ○ 8 ○ 9 ○ 10

☹️ 😐 😊

Name/Kürzel

Datum



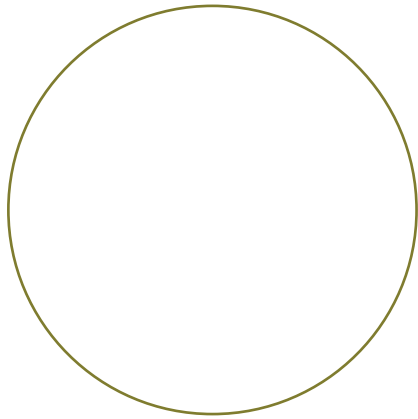
Bildung
Weiterentwicklung
Selbstverwirklichung
Meine Bestimmung



Name/Kürzel

Datum





Name/Kürzel

Datum



Lebensglück
Liebe
Zufriedenheit
Lebenstraum



Name/Kürzel

Datum



Lebensglück
Liebe
Zufriedenheit
Lebenstraum

Name/Kürzel

Datum



Leben und Arbeiten in Balance.

mana
coaching, training & consulting
ctc series

Steffen Wannewetsch

Inhaber

manaStore
Hofweg 7 | 22085 Hamburg

+49 171 50 100 51
willkommen@manaloha.de

www.manaloha.de
www.daswertehaus.de
www.mana.ag