

Erstellen Sie sich ein persönliches Work-Life-Blend-Chart, um Ihre individuell gewünschte Mischung aus Arbeits- und Lebensthemen zu visualisieren. Auf Seite 2 finden Sie eine leere Vorlage.

- Zunächst die Ausprägung für das **Zielbild** und dann die aktuelle **Ist-Situation**.
- **Unerwünschte Abweichungen** zwischen den beiden Bildern weisen auf Entwicklungs- oder konkreten Handlungsbedarf hin.

Die Übung hilft auch realistische Prioritäten zu finden. Dann das Ergebnis in einen Wochen- oder Monatsplan übersetzen. Welche festen Zeiten sind für was reserviert und welche Spielräume ergeben sich?

## Beispiel:



