



## Ein "Selbstbestimmtes Leben" führen - den eigenen Lebens-Weg bestimmen, selbst festlegen, in welche Richtung es gehen soll

Wie erkenne ich, ob ich ein "selbstbestimmtes Leben führe" oder ob ich ein Leben führe, das durch andere bestimmt wird?



Ein "Selbstbestimmtes Leben" führen - den eigenen Lebens-Weg bestimmen

Daraus könnte man ein "Analyse-Tool" machen, um zu checken, ob jemand ein "Selbstbestimmtes" Leben führt, sprich, ob er die Richtung, in die seine Leben geht, selbst bestimmen kann.

Das könnt wieder auf weitere Analysebereiche verlinken.

Ich muss wissen,

- wie mein weiterer **Lebens-Weg** aussehen soll
- was ich zu tun habe - mein **Aktivitäten-Plan**
- wie meine **Lebens-Ziele** sind.

Was beeinträchtigt ein "Selbstbestimmtes Leben"

- **Ängste und Befürchtungen**
- Sorgen
- **Abhängigkeiten**
- Fehlende Fitness
- Krankheiten

Mögliche ID-Bilder (Ideensammlung)

- In eine Richtung gehen
- Lebensfreude empfinden
- Kann ich selbst entscheiden, wohin mich mein Leben führen soll, in welche Richtung es geht.

---

#### **Amicas Online Serviceportal "Lebensschule"**

Persönliches Lebensglück systematisch erreichen durch ganzheitliche Lebens- u. Vorsorgeplanung mit Risiko- u. Existenz-Sicherungs-Beratung zur langfristigen Sicherung der persönlichen Lebensqualität  
lebensschule - [www.lebensschule.at](http://www.lebensschule.at) - Ein Service von Amicas Online u. Amicas Wirtschaftsbilanz, Flurgasse 12, A-4844 Regau, Tel u. Fax: 0043-7672-22204, Infohotline: 0043-664-4011351, office@amicas.at - [www.amicas.at](http://www.amicas.at) - [www.vorsorgeplan.at](http://www.vorsorgeplan.at) - [www.wirtschaftsbilanz.at](http://www.wirtschaftsbilanz.at)