

Selbsteinschätzung: wie gut nährt diese Quelle mich zurzeit?

(Skala 0 bis 10)

Soziale Hilfsquellen	Skala	Bemerkung	Idee
1. Wertschätzende Familie			
2. Positive Freunde			
3. Inspirierende Vorbilder			
4. Mentoren			
Strukturelle Hilfsquellen			
5. Talente passen zum Job			
6. Meisterschaft			
7. Gesunder Stress			
8. Gesunde Finanzen			

