

# Meine Zufriedenheit

Wie bewerte ich meine Situation?

Wo bin ich zufrieden?

Wo bin ich weniger zufrieden?

Meine Bewertung geht von 10 = sehr zufrieden

bis 1 = nicht zufrieden

Ich bin zufrieden mit:

-meiner körperlichen / seelischen Gesundheit	
-meinen sozialen Kontakten	
-meiner Sport- / Freizeitgestaltung	
-meiner Wohnsituation	
-meiner Arbeit / Tätigkeit	
-meinem Umgang mit Geld	
-meiner Abstinenz	
-meiner Sinnhaftigkeit im Leben	
-meiner Beziehung zu meinem persönlichen Umfeld	
-meiner allgemeinen Zufriedenheit in meinem Leben	
Bin ich mit meinem Ergebnis zufrieden?	



- 10 -

- 9 -

- 8 -

- 7 -

- 6 -

- 5 -

- 4 -

- 3 -

- 2 -

- 1 -



Wir treffen uns jeden Donnerstag  
und Montag  
von 19.00 bis 20.30 Uhr

in der Teestube der Suchtberatung  
Kontakt-Rat-Hilfe e.V.

Kontaktaufnahme:

Karsten Heymann

Telefon:

0163/3387257

Email:

suchtselbsthilfefreiheit@gmail.com

Internet:

suchtselbsthilfefreiheit.de

Besuche uns auf Facebook!



Sucht-Selbst-Hilfe\_Freiheit  
in der Teestube der Suchtberatung  
Kontakt-Rat-Hilfe e.V.  
Kneuzhennenstr. 17-19  
41751 Viensen-Dülken