Életkerék

Név: ­­­­­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Dátum: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Az Életkerék minden szelete **életed egy-egy fontos területét** jelzi. Írd be ezeket az Életkerék egy-egy szeletébe.

Az emberek többsége a következő 8 területet szokta megjelölni:

* Egészség,
* Kapcsolatok,
* Karrier,
* Pénzügyek,
* Hozzájárulásom a világhoz,
* Személyes fejlődésem,
* Szabad idős tevékenységek/Szórakozás,
* Spiritualitás.

Vannak, akik e fenti kategóriákból néhányat lecserélnek a következőkre (vagy kibővítik az Életkereket újabb szeletekkel): Család, Fitness/Sport, Barátok, Otthon, Hobbik, Tanulás, Utazás, Táplálkozás/Diéta, Üzlet/Vállalkozás, stb.

Az Életkerék minden területét illetően tedd fel magadnak ezeket a kérdéseket:

1. Mi az az akár apró dolog is, amit már ma megtehetek, hogy életem ezen területén előbbre juthassak?
2. Ha életem ezen területén úgy élnék, hogy egy 10-es skálán 10-esre értékelhetném, mit mondhatnék el, hogy mit tettem meg ezért, hogyan jutottam el oda?
3. Mi az a fontos lépés, amit meg kellene tennem életem ezen területén, hogy kiteljesíthessem életem ezen részét - azonban félek megtenni ezt a szükséges lépést vagy elbizonytalanodom, amikor lépnem kellene?

Válaszaid alapján fogalmazz meg magadnak célkitűzéseket!