



ÖVNING 8: Livshjulet

I hjulet nedan finns ett antal viktiga livsområden. Du kan förstås själv byta ut och lägga till livsområden allt efter ditt eget tycke och smak. Fundera sedan lite över hur du har det i livet inom respektive område. I mitten av bilden är värdet noll, längst ut tio. Fyll respektive fält i den mängd som du tycker representerar dig och din tillvaro. I molnen utanför skriver du ner nyckelord för hur det ser ut när det är som bäst inom varje område. Ta god tid på dig, och använd kanske ett ännu större papper!

