

Oman Elämäni Onnenpyörä™

Kuinka tasapainoisesti sinun elämäsi pyörii eteenpäin?

Tee hyödyllinen tilannearvio:

- Mieti jokaisen aihealueen kohdalla, kuinka tyytyväinen olet tähän teemaan omassa elämässäsi.
- Ilmaise onnellisuutesi / tyytymättömyytesi asteikolla 10 – 1.
- Kun olet rengastanut/rastinut sinulle sopivan numeron jokaisen aiheen kohdalla, yhdistä numerot toisiinsa viivalla.
- Näet ympyrässä olevien 'lommojen' avulla selkeästi ne alueet elämässäsi, jotka tarvitsevat myönteistä huomiota.

10= 😊

5= 😐

1= ☹️

Tästä on hyvä suunnistaa eteenpäin!

