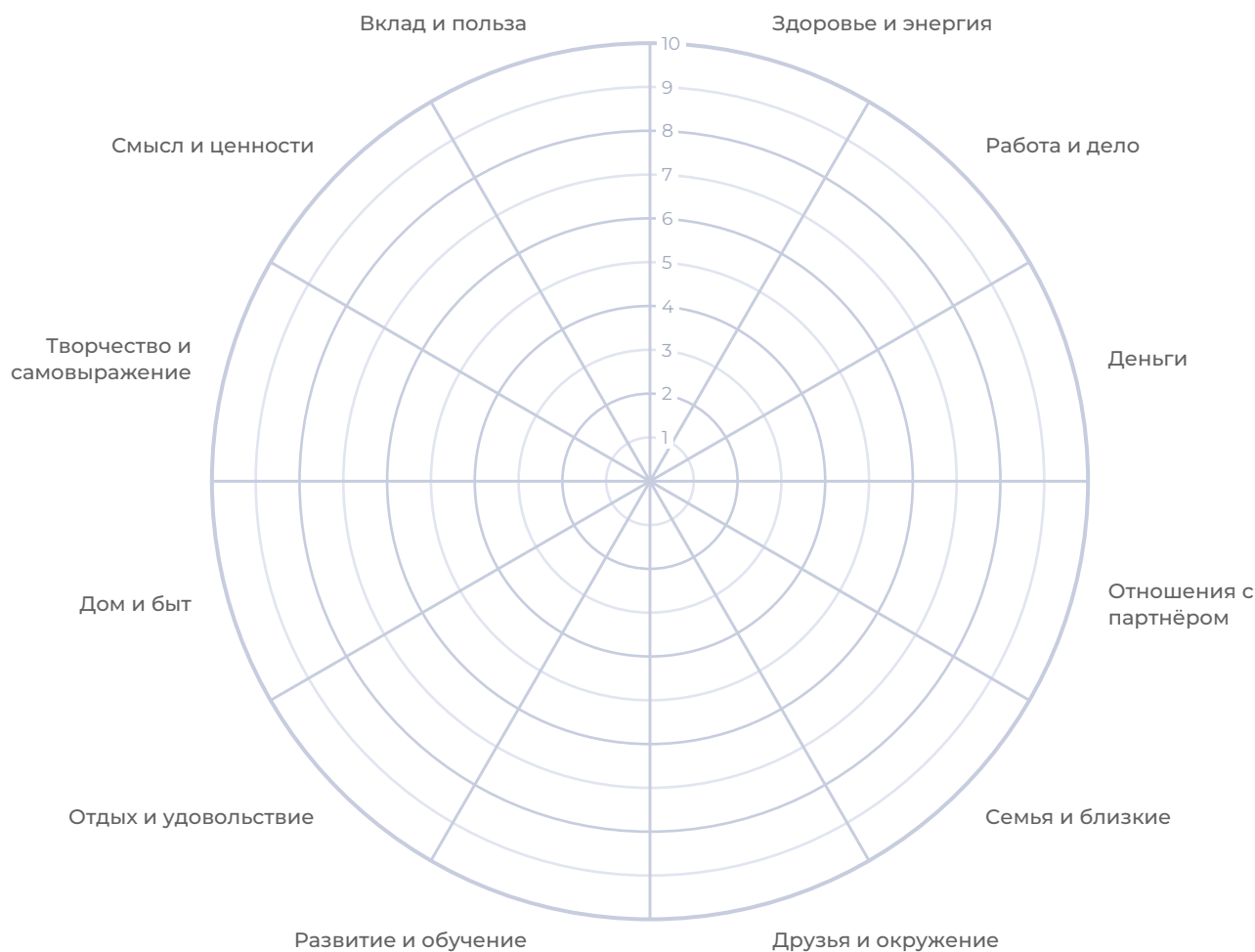


Колесо баланса на 12 сфер

Расширенный шаблон: к восьми классическим сферам добавлены дом, творчество, смысл и вклад. Лишние сферы вычеркните, свои впишите на полях.



Мои оценки

1. Здоровье и энергия	_____ / 10	7. Развитие и обучение	_____ / 10
2. Работа и дело	_____ / 10	8. Отдых и удовольствие	_____ / 10
3. Деньги	_____ / 10	9. Дом и быт	_____ / 10
4. Отношения с партнёром	_____ / 10	10. Творчество и самовыражение	_____ / 10
5. Семья и близкие	_____ / 10	11. Смысл и ценности	_____ / 10
6. Друзья и окружение	_____ / 10	12. Вклад и польза	_____ / 10

Шаг 1. Отметьте на каждом луче оценку от 1 до 10: 1 у центра, 10 у края.

Шаг 2. Закрасьте сектор до своей отметки, чтобы увидеть форму целиком.

Шаг 3. Смотрите на форму, а не на средний балл: важны провалы и перекосы.

Шаг 4. Выберите одну сферу и один шаг на неделю. Не все сразу, а один.

Дата заполнения _____ Вернуться к колесу через месяц _____

Сравнивать имеет смысл форму двух колёс, а не отдельные цифры: одна оценка в отрыве ничего не значит.