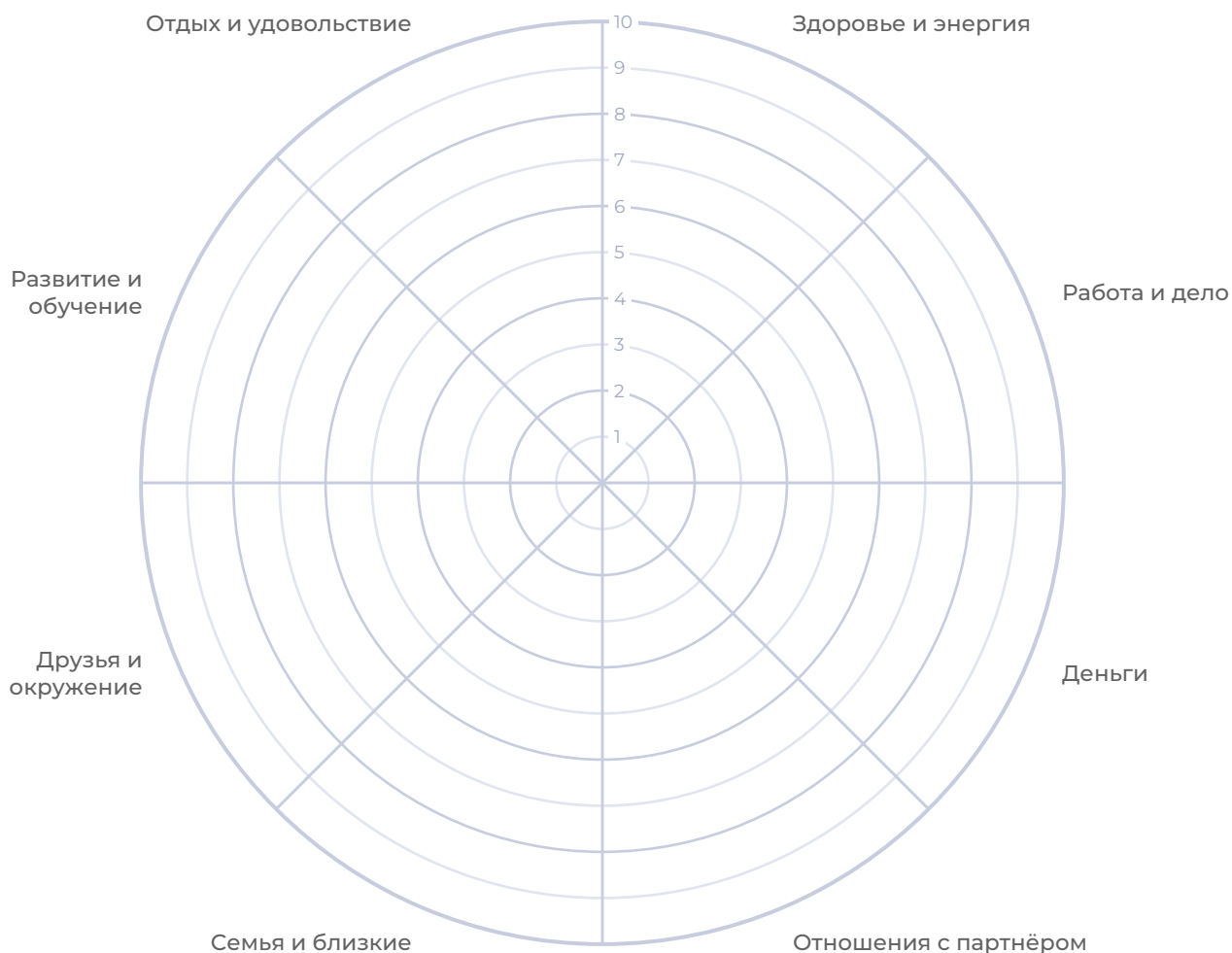


Колесо баланса

Шаблон на 8 сфер. Распечатайте, закрасьте каждый сектор до своей оценки и посмотрите на форму: она говорит больше, чем средний балл.



Мои оценки

- | | | | |
|--------------------------|------------|-------------------------|------------|
| 1. Здоровье и энергия | _____ / 10 | 5. Семья и близкие | _____ / 10 |
| 2. Работа и дело | _____ / 10 | 6. Друзья и окружение | _____ / 10 |
| 3. Деньги | _____ / 10 | 7. Развитие и обучение | _____ / 10 |
| 4. Отношения с партнёром | _____ / 10 | 8. Отдых и удовольствие | _____ / 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.