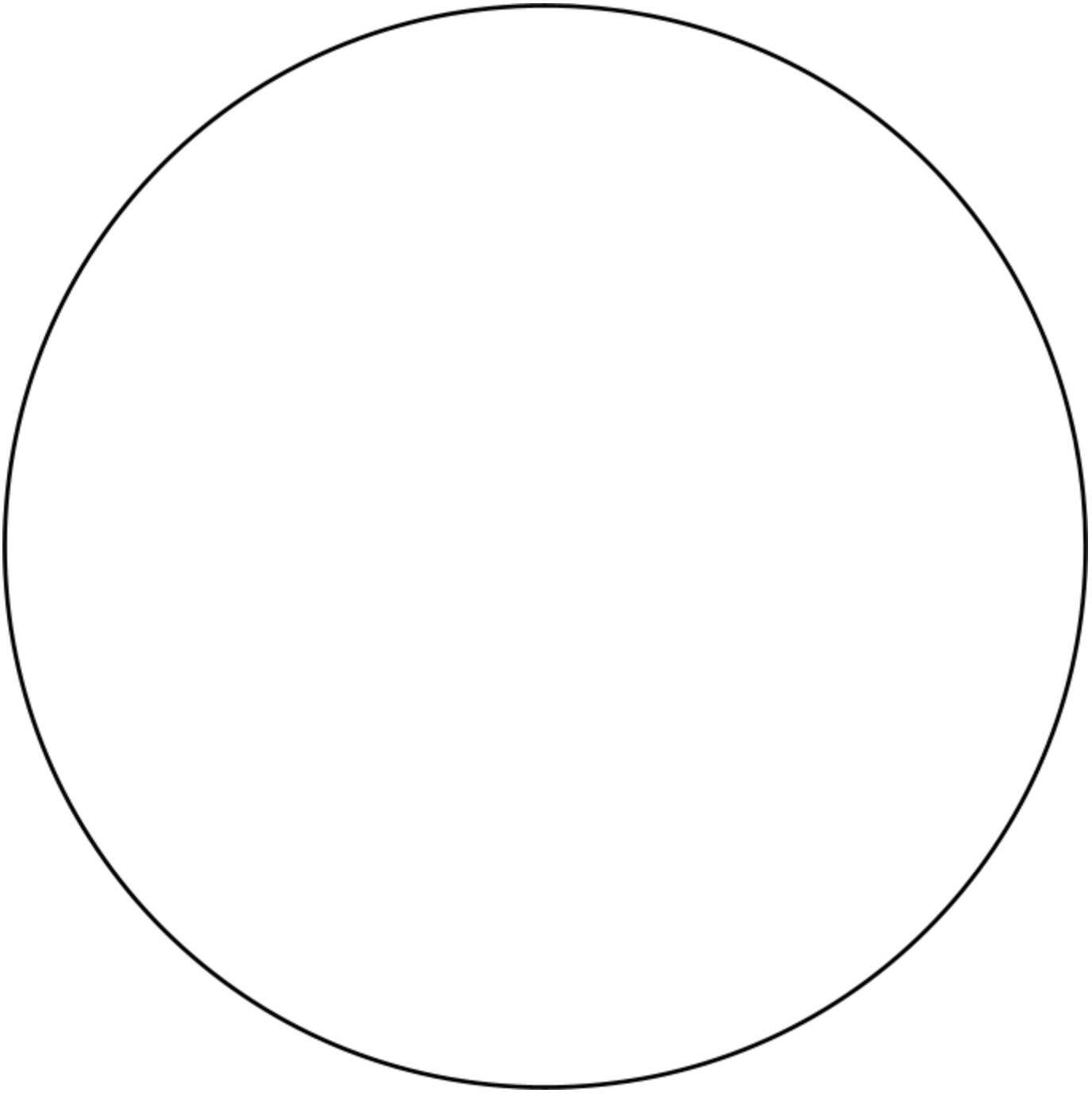
# Колесо жизненного баланса

Сферы:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____
11. _____
12. _____
13. _____
14. _____

**Удовлетворенность**



Вопрос: Насколько я удовлетворен…?

**Ресурсы**

Вопрос: Сколько много сил, внимания, времени я трачу на этот сектор?

**Намерение**

Вопрос: Как я хочу, чтобы моя жизнь была по сферам деятельности через…?

# Мои долгосрочные цели к _____ года

№____

Как выгляжу. Что вижу

Что слышу (слушаю)

Что осязаю (ощущаю телом). Какое у меня тело

Какие запахи чувствую

Какой вкус ощущаю

Что я имею

Что я чувствую

Что делаю

# **Мои цели к _____ года**

Вопрос: Что я буду иметь через год, чтобы быть таким через 25 лет?!

№_____

№_____

№_____

№_____

## Мои задачи на месяц _____ года

Вопрос: Какие 3 маленьких шага я сделаю за месяц, чтобы через год иметь это?!

№____

1. _____
_____
2. _____
_____
3. _____
_____

№____

1. _____
_____
2. _____
_____
3. _____
_____

№____

1. _____
_____
2. _____
_____
3. _____
_____

№____

1. _____
_____
2. _____
_____
3. _____
_____