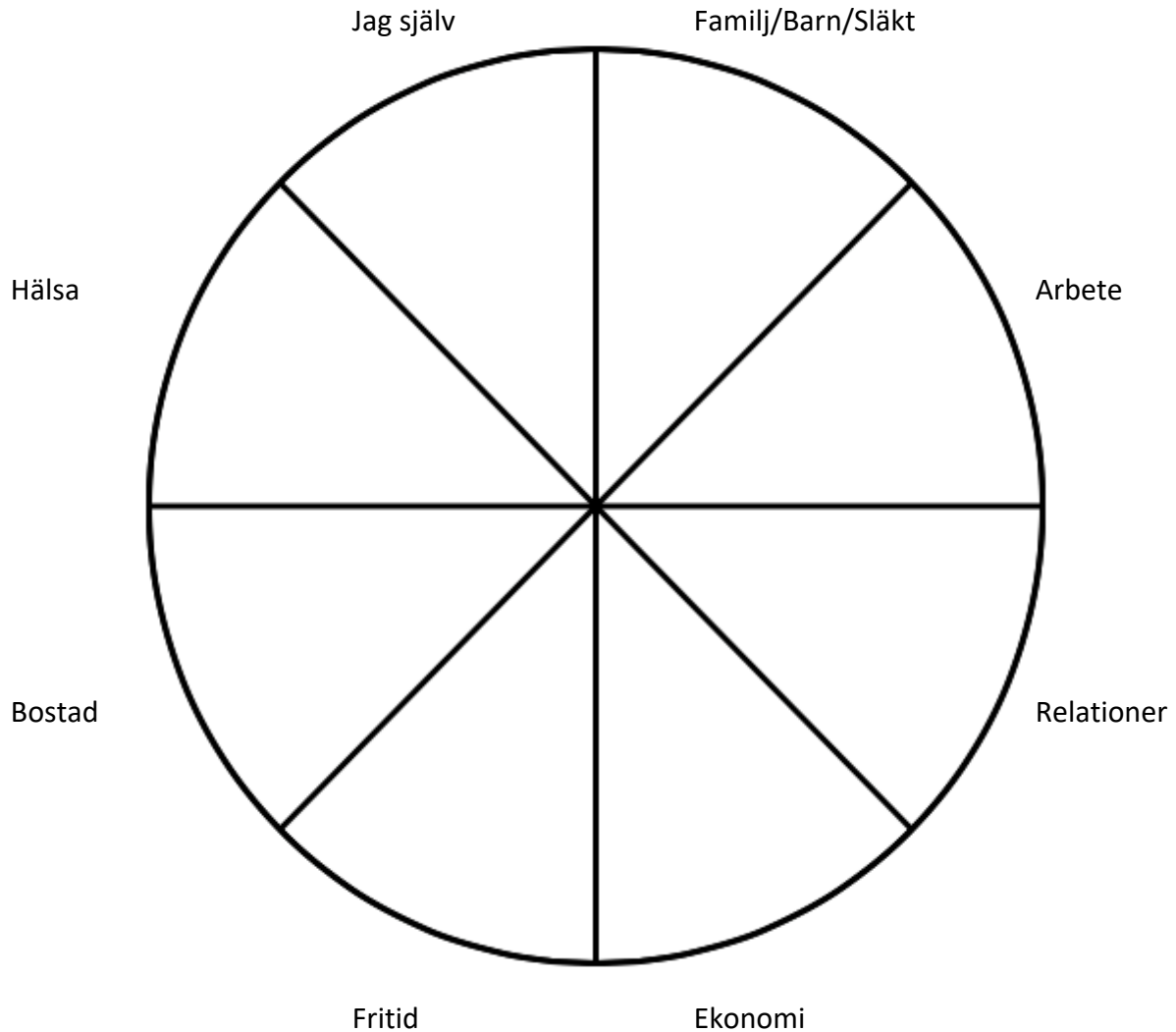


Livshjulet



Markera i varje tårtbit hur tillfreds du är med det området i ditt liv. Ju större del av tårtbiten du fyller i, desto nöjdare är du.

Titta över helheten och fundera över om det är något du skulle vilja förändra.

Fundera över dina mål för det eller de områden du valt. Tänk på att inte välja för många saker att arbeta med samtidigt – risken är att du blir stressad och misslyckas med det du vill!

Mina mål:

Hur vet jag att jag har nått mina mål?
