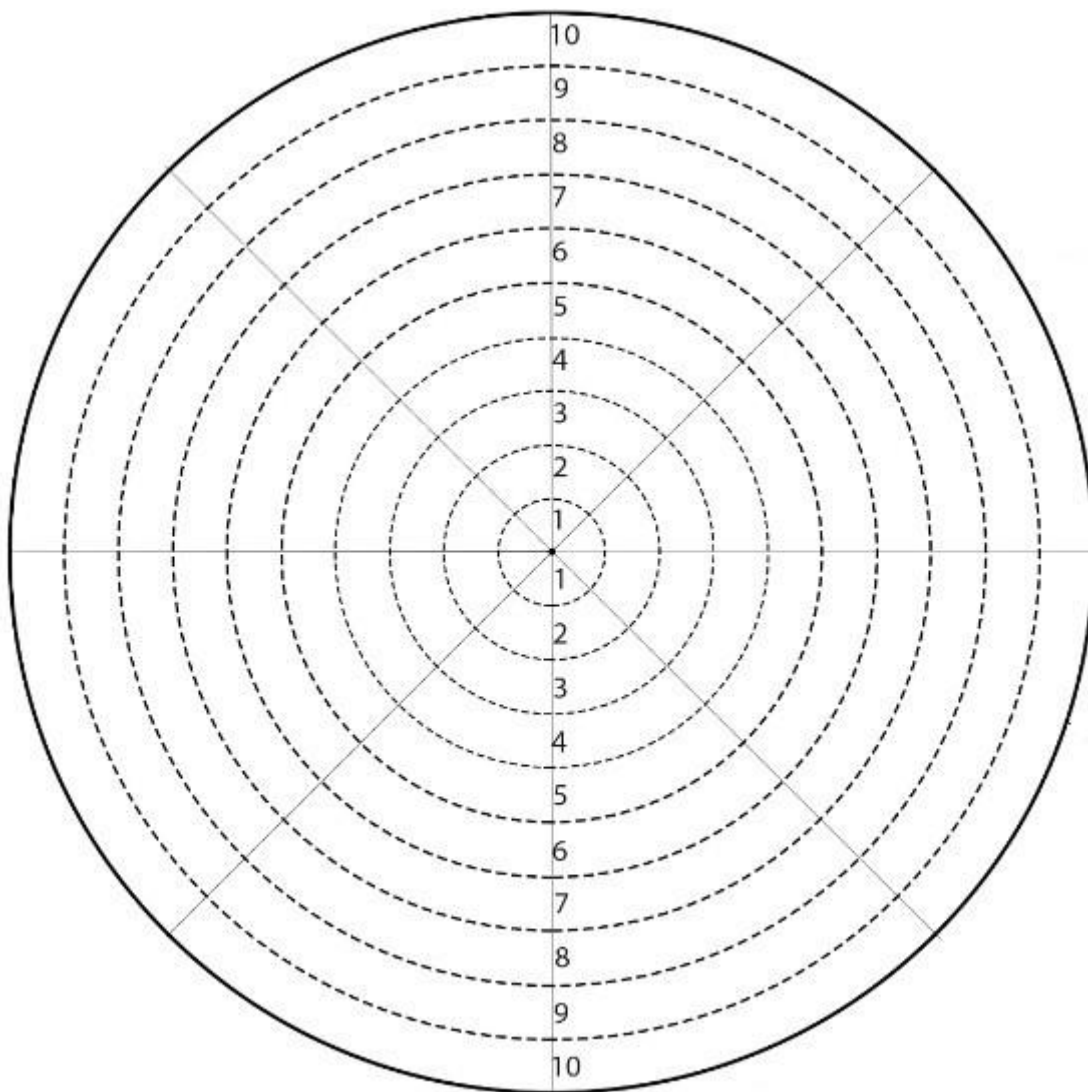


LA ROUE DE LA VIE

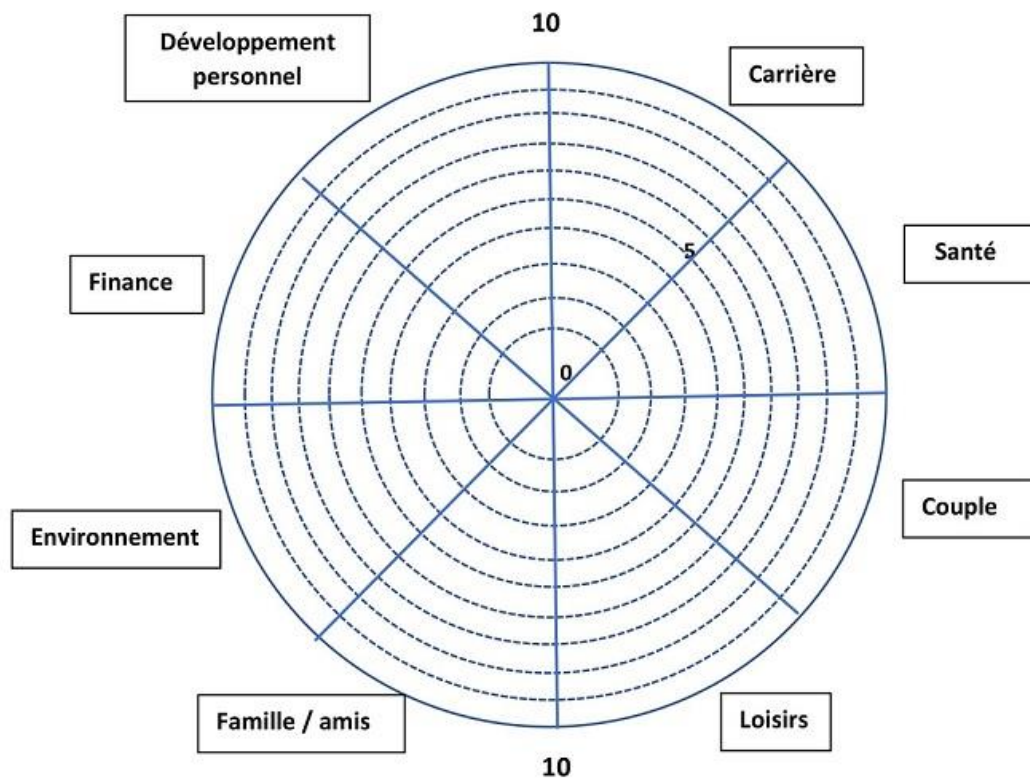
Quels domaines sont importants pour vous ?

Où consacrez-vous votre temps ?

Quels sont vos degrés de satisfaction dans chaque domaine ?

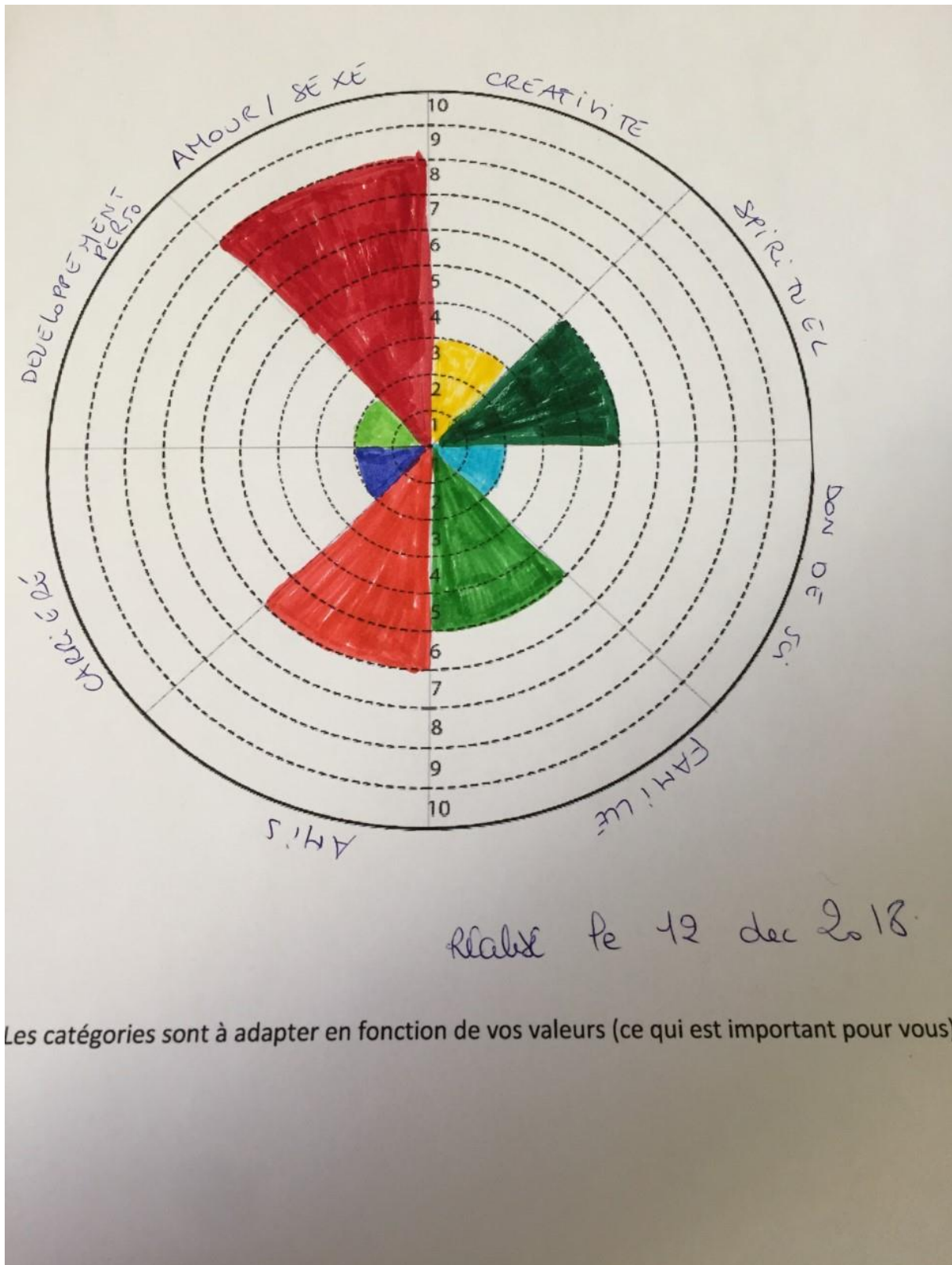


Les catégories sont à adapter en fonction de vos valeurs (ce qui est important pour vous)



Chaque section a une échelle de 0 à 10, 0 étant au centre du cercle représentant une insatisfaction totale et 10 étant le plus près du bord du cercle représentant une totale satisfaction.

Colorez à l'aide d'un crayon les zones de chaque section suivant vos degrés de satisfaction dans les différents aspects de votre vie.



Les catégories sont à adapter en fonction de vos valeurs (ce qui est important pour vous)

Vous pouvez modifier les catégories comme il vous plaira.

- Relations sociales/Amis
- Famille/Enfants
- Finances
- Carrière/Travail/Activité professionnelle/Etudes
- Vie sentimentale/amoureuse/sexuelle
- Loisirs/Divertissements
- Contribution au monde/Don de soi
- Santé/Forme/Bien-être/Sport
- Environnement personnel (maison, travail)
- Développement personnel/Créativité/Bonheur/Spiritualité

Observez votre roue : est-elle équilibrée ? Quels domaines sont satisfaits, lesquels ne le sont pas du tout ?

NB :

- Vous ne passez peut être pas beaucoup de temps ou d'énergie dans une des sections mais si cela vous satisfait, alors elle doit être colorée.
- Et vous pouvez passer beaucoup de temps dans une des sections alors que vous aimeriez en passer moins ou y dépenser moins d'énergie dans ce cas la section sera peu colorée.