

ÉLET IRÁNYTŰ

Útmutató a kitöltéshez:

- Tekintsd át a felsorolt életterületeket. A két üres helyre írd be bátran bármit, ami most fontos és jelen van az életedben, de nem szerepel a lapon
- Töltsd ki a cellákat odatartozó kulcsszavakkal olyanokkal, amik a leginkább leírják, hogy az adott életterület számodra mit jelent. Üresen is hagyhatsz cellát, ha az a terület nem fontos része az életednek
- Következő lépésben írd be a cellák bal alsó sarkába, hogy 0-10 között mennyire fontos neked az adott terület (0=egyáltalán nem fontos, 10=nagyon-nagyon fontos)
- Végül írd be a cellák jobb alsó sarkába, hogy 0-10 között mennyire van jelen az életedben az adott terület (0=egyáltalán nem tudom megélni, 10=nagyon-nagyon meg tudom élni)

Személyes fejlődés	Munka	Szülőség
Egészség	Szabadidő	Spiritualitás
Közösség	Család	Párkapcsolat
Barátok		