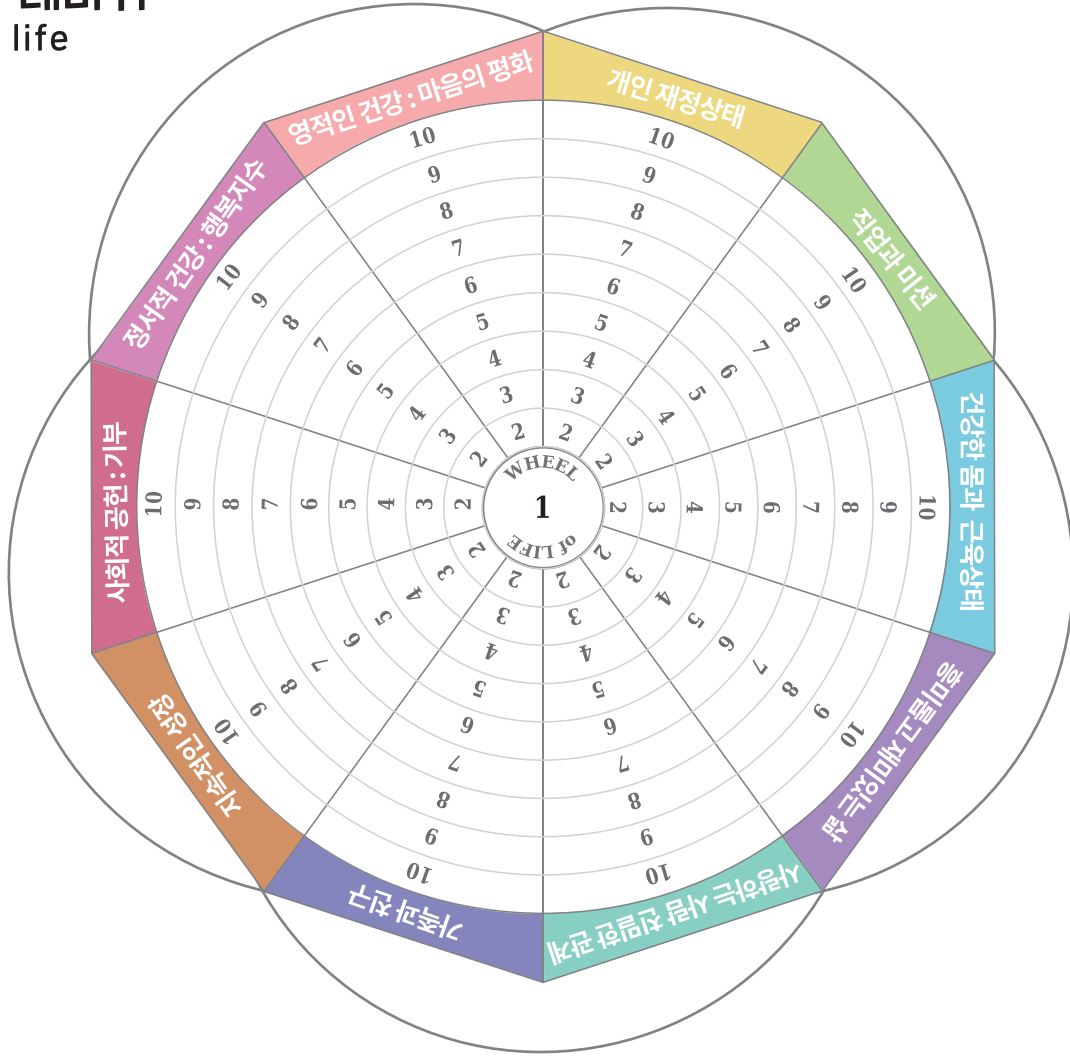


인생의 수레바퀴

Wheel of life



1. Personal Finances (개인 재정상태)

· 현재점수 : · 목표점수 :

2. Career and mission (직업과 미션)

· 현재점수 : · 목표점수 :

3. Physical health & Body (건강한 몸과 근육상태)

· 현재점수 : · 목표점수 :

4. Fun and entertainment (흥미롭고 재미있는 삶)

· 현재점수 : · 목표점수 :

5. Intimate relationship (사랑하는 사람과의 친밀한 관계)

· 현재점수 : · 목표점수 :

6. Family and friends (가족과 친구)

· 현재점수 : · 목표점수 :

7. Consistent Growth (지속적인 성장)

· 현재점수 : · 목표점수 :

8. Contribution (사회적 공헌: 기부)

· 현재점수 : · 목표점수 :

9. Emotional health (정서적 건강: 행복지수)

· 현재점수 : · 목표점수 :

10. Spiritual health (영적인 건강: 마음의 평화)

· 현재점수 : · 목표점수 :

***다음의 질문들에 답하면서 나의 현재 만족도를 체크해보세요.**

1. 작성한 인생의 수레바퀴 점수를 보면서 여러분의 인생에 대해 **어떤 생각이 드셨나요?**
2. 여러분의 인생의 만족도가 **생각보다 달라서 놀라운 점**이 있었나요?
3. 각 영역의 점수가 ()점인 이유는 무엇인가요?
4. 각 영역에서 **10점을 준다**는 것은 여러분에게 어떤 상태를 의미하나요?
5. 이 중에서 **어떤 것이 최근 당신의 우선순위**였나요?
6. 앞으로 **어떤 것을 당신의 우선순위**로 두고 성장해 나가시겠습니까?
7. 삶의 변화를 실천하기 위해 **어떻게 여유를 마련**할 수 있습니까?
8. 인생의 행복지수(만족도)를 높이기 위해 **어떤 사람에게 어떤 도움이 필요**하십니까?
9. 변화를 위해 **오늘 당장 시작할 수 있는 행동**은 무엇입니까?
10. 균형있는 삶을 달성하도록 도와주는
근본적인 행동(Key Activity)이 있다면 그것은 무엇입니까?

*영역별로 액션플랜 및 버려야 할 습관을 적어주세요.

● 1. Personal Finances (개인 재정상태)

● 2. Career and mission (직업과 미션)

● 3. Physical health & Body (건강한 몸과 근육상태)

● 4. Fun and entertainment (흥미롭고 재미있는 삶)

● 5. Intimate relationship (사랑하는 사람과의 친밀한 관계)

● 6. Family and friends (가족과 친구)

● 7. Consistent Growth (지속적인 성장)

● 8. Contribution (사회적 공헌: 기부)

● 9. Emotional health (정서적 건강: 행복지수)

● 10. Spiritual health (영적인 건강: 마음의 평화)