

Εικόνα 1. Κενός Τροχός της Ζωής

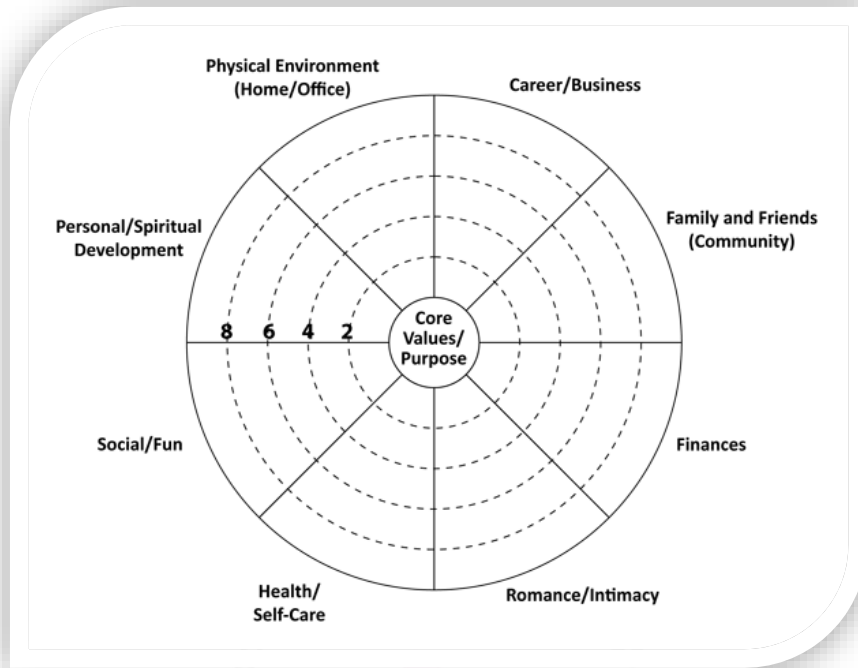
ΟΔΗΓΙΕΣ

Οι **8 τομείς** εκπροσωπούν στον Τροχό της Ζωής **τα σημαντικά σημεία της ζωής σου & της ισορροπίας σου.**

Προτεινόμενοι πιθανοί τομείς: Σπίτι/περιβάλλον, φίλοι, καριέρα, διασκέδαση/ψυχαγωγία, σχέση, οικογένεια, υγεία, προσωπική εξέλιξη, χρήματα, σεξουαλικότητα, ταξίδια, προσωπικός ελεύθερος χρόνος κλπ.

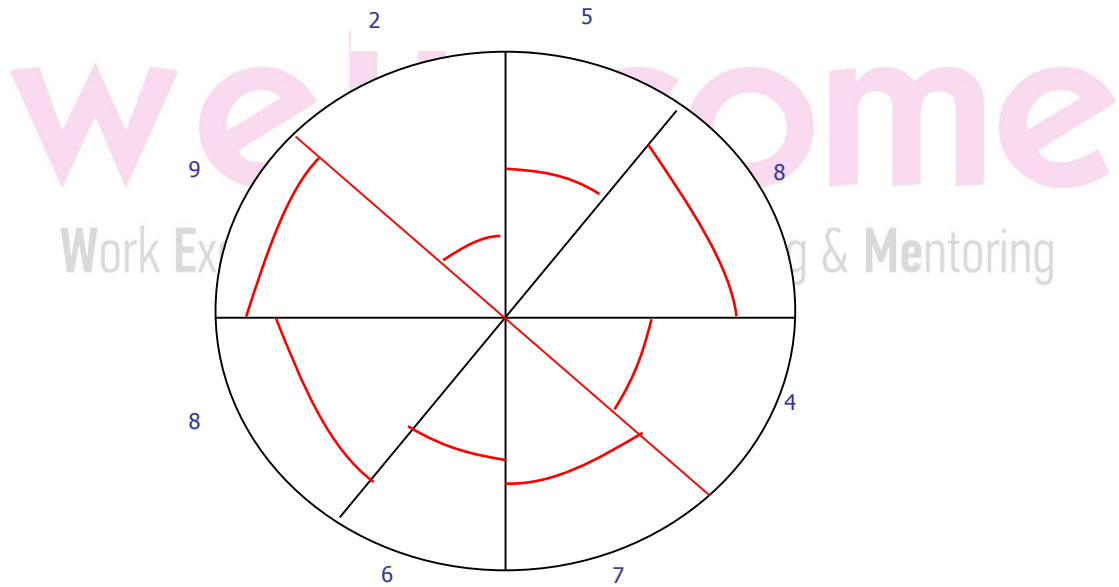
- ✿ Μπορείς να αλλάξεις, να προσθέσεις ή να αφαιρέσεις μέρη στον κύκλο επιλέγοντας πάντα **ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΟΥΣ ΤΟΜΕΙΣ ΣΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ ΠΟΥ ΣΗΜΑΙΝΟΥΝ ΓΙΑ ΕΣΕΝΑ: ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ & ΠΛΗΡΟΤΗΤΑ ΣΤΗ ΖΩΗ ΣΟΥ.**
- ✿ Κατόπιν λαμβάνοντας το **κέντρο του τροχού ως το τον αριθμό 0** και τα **εξωτερικά μέρη στα άκρα ως αριθμό 10** βαθμολόγησε το **επίπεδο ικανοποίησης του κάθε τομέα** * από το 0 ως το 10 τραβώντας μια **ευθεία ή καμπύλη γραμμή** δημιουργώντας τα **δικά σου εξωτερικά άκρα του κάθε τομέα.** (βλέπε Εικόνα 2 & παράδειγμα)
 - * **πόσο ευχαριστημένος ή όχι είσαι από αυτό που έχεις πετύχει ως σήμερα**

ΤΡΟΧΟΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ



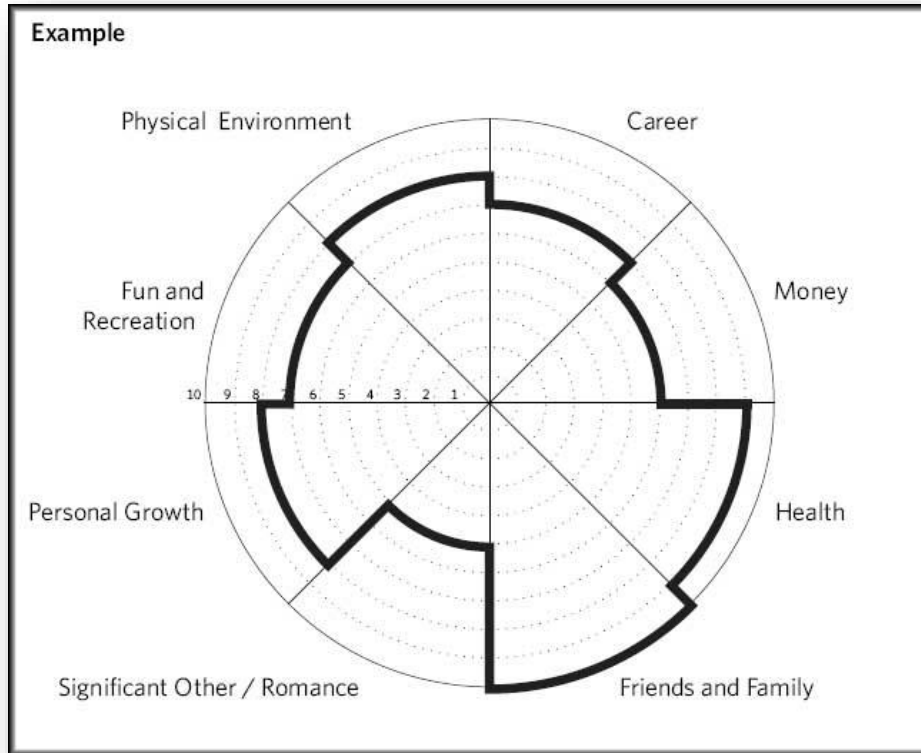
Εικόνα 2 Συμπληρωμένος Τροχός της Ζωής με αρίθμηση 0 ως 10

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ



ΤΡΟΧΟΣ ΤΗΣ ΖΩΗΣ

- ☀️ Αφού ολοκληρώσεις τη βαθμολογία ικανοποίησης σου κάθε τομέα, ενώνεις ένα-ένα τα νέα δικά σου εξωτερικά άκρα. (βλέπε παράδειγμα Εικόνας 3)
- ☀️ Ο νέος **ΔΙΚΟΣ ΣΟΥ** συμπληρωμένος **Τροχός της Ζωής** με τη **νέα περίμετρο** θα μοιάζει κάπως έτσι.



Εικόνα 3 Ο δικός σου Τροχός της Ζωής / Με βαθμολόγηση των μερών της ζωής σου & με ενωμένα μέρη

Work Excellence | Life Liful | Coaching & Mentoring

Ο Τροχός σου κυλάει ομαλά ή είναι μετ'εμποδίων η πορεία του?

Απαλλάξου από όποιο εμπόδιο & τόλμησε να αλλάξεις ό,τι δεν σε ικανοποιεί!

Ο προσωπικός σου Coach είναι εδώ να σε στηρίξει...ΠΡΟΧΩΡΗΣΕ & ΕΙΜΑΙ ΚΟΝΤΑ ΣΟΥ!

WORK EXCELLENCE  LIFE LIFUL

COACHING & MENTORING

COACH THEODORA

TEL: 6938 105080 | 211 2156835

E: info@wellcome.gr