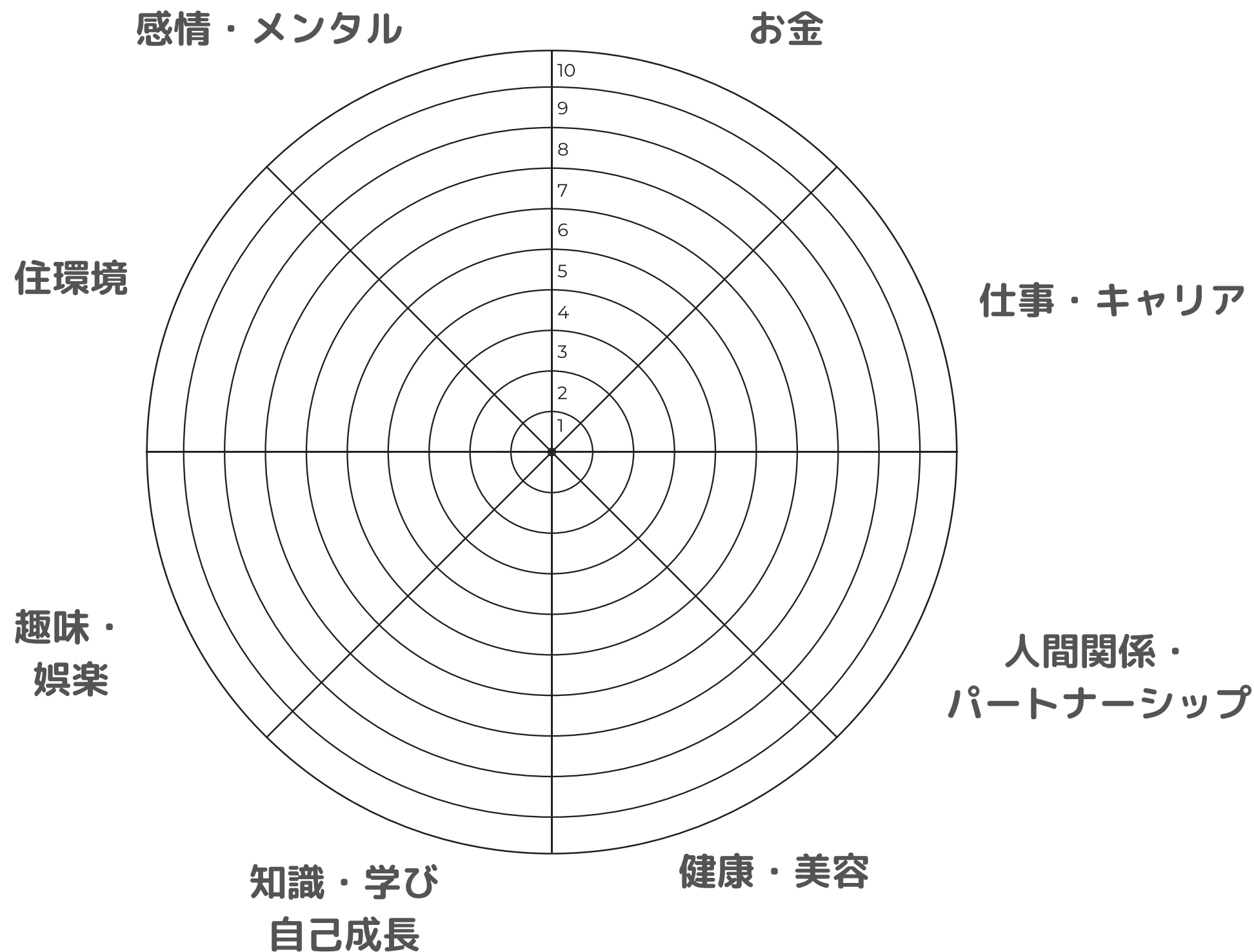


◆ 人生の輪

どんな人生を生きたい？

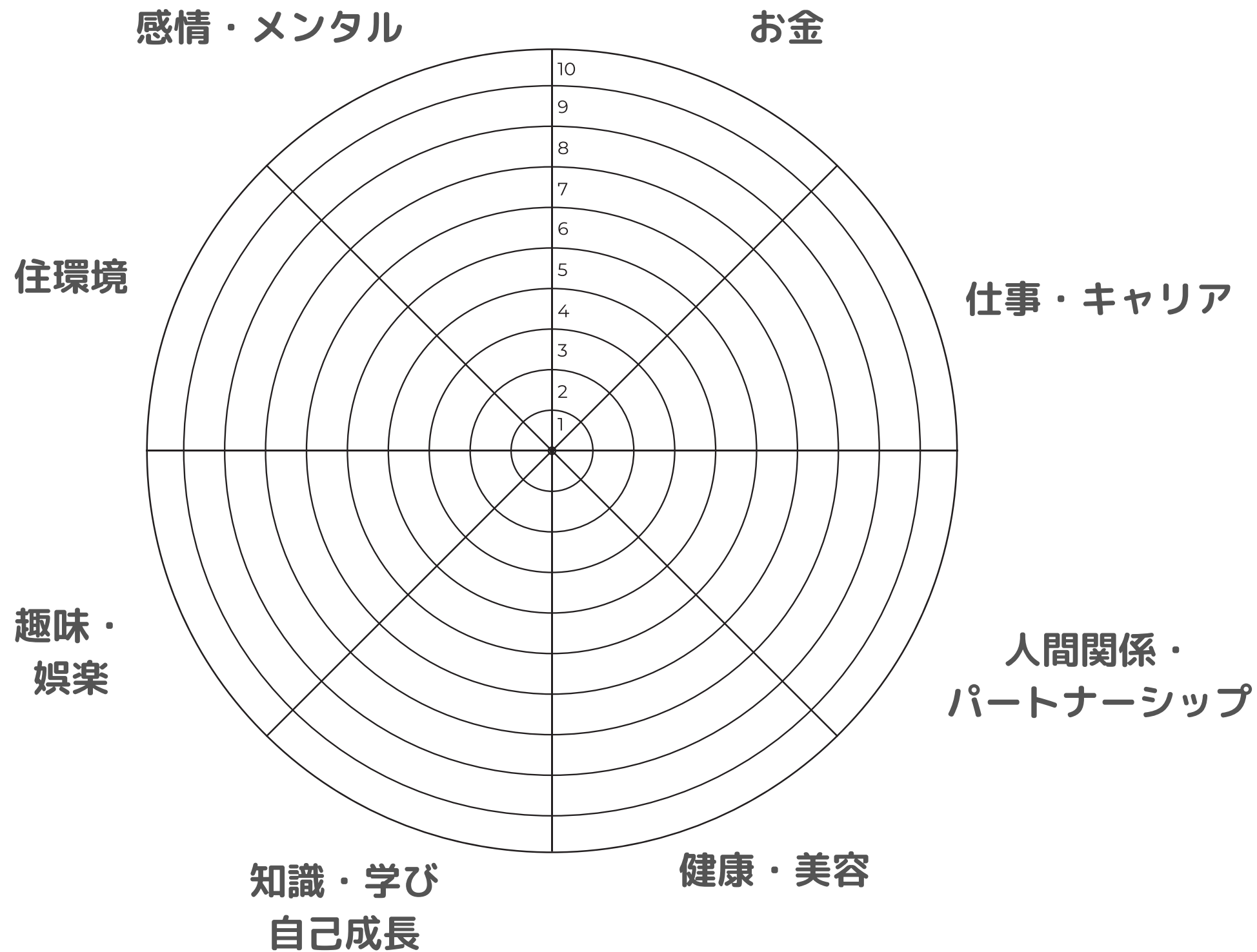


- ①まず、今の満足度を自己採点してみよう。
理想が10として、どのくらい満たされている？
その理由も含めて書き出してみよう。
- ②各分野における10点満点の状態はどんな状態？
制限をとっぴらって書き出してみよう。
- ③その理想の人生を送るには、いったいいくら必要？ざっくりでいいので考えてみよう。
- ④その理想は価値観にありますか？
何年後までに達成したい？

◆ 人生の輪

日付： _____

どんな人生を生きたい？



仕事・キャリア
お金
人間関係・ パートナーシップ
健康・美容
知識・学び 自己成長
趣味・娯楽
住環境
感情・メンタル