

Livshjulet – coacha dig själv

Här är ett underlag för hur du kan identifiera var du befinner dig idag och även få en uppfattning vilka områden du vill och önskar utveckla dig inom. Börja med att gradera din upplevelse från 1 (inte så bra) till 10 (så här bra är det) inom varje område i livshjulet. Byt där efter till en ny färg på pennan och gå igenom område för område och gradera (1–10) så här vill jag ha det i framtiden.

