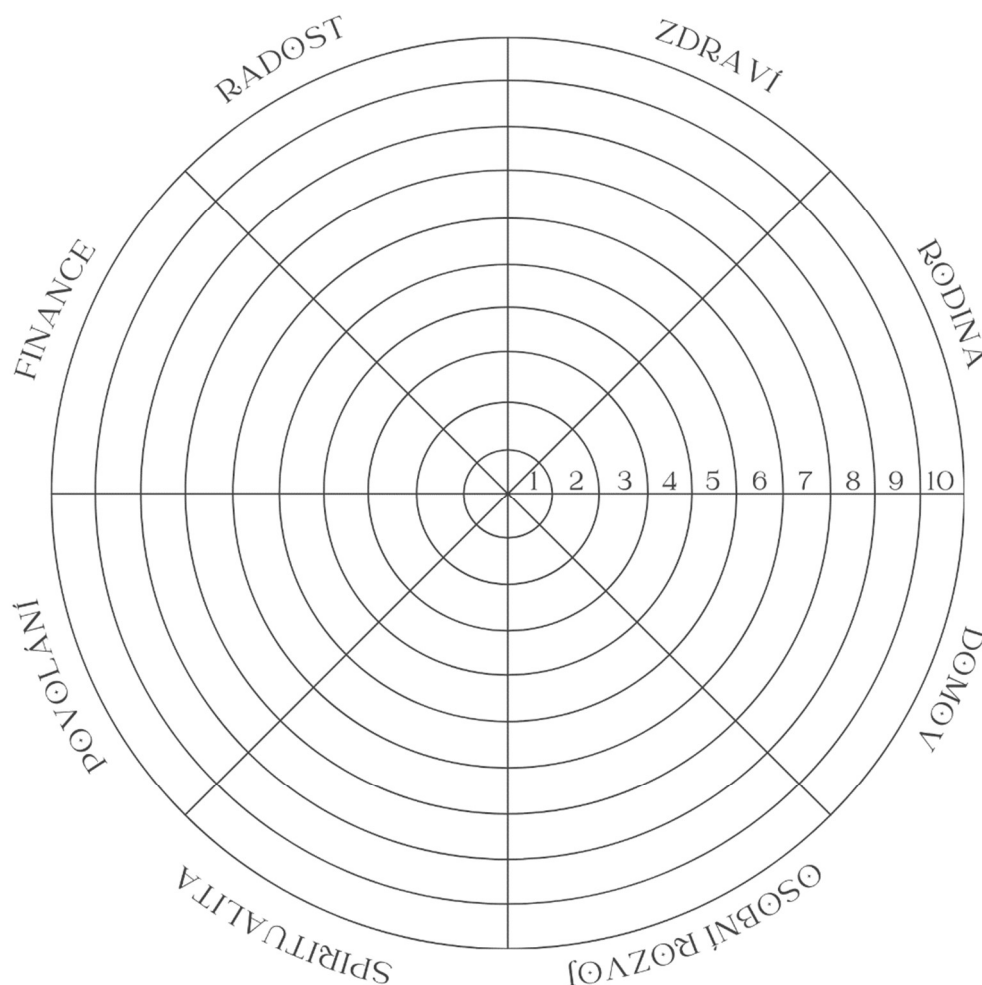




1a: Kolo života – kde právě jsem

- Jak jsem v jednotlivých oblastech spokojená?
- Kde mi chybí energie – a kam jí naopak dávám příliš?
- Která oblast nejvíc volá: „*Prosím, podívej se na mě*“?



★ Postup:

1. Podívej se na jednotlivé oblasti života:

– zdraví, rodina, domov, osobní rozvoj, spiritualita, povolání, finance, radost
(můžeš si je klidně upravit podle sebe)

2. Každou oblast ohodnot' na škále 1 až 10:

1 = úplně nespokojená / 10 = naprostá spokojenost

Nakresli si barevně „výseč“ do příslušného pole – podle toho, jak to právě teď cítíš.

3. Vybarvi celé kolo:

A podívej se na výsledek...

🔍 Jak vypadá tvé „životní kolo“?

☯️ Jelo by hladce? Nebo spíš drncá?

💡 Zamysli se:

- Které oblasti volají po větší pozornosti?
- Co ti bere energii – a co ti ji naopak dává?
- Kde toužíš po změně?

♥️ Ráda si na tebe udělám půl hodiny čas

Podíváme se spolu na tvou aktuální situaci – a na to, **jaké řešení je právě pro tebe to pravé.**

Těším se na tebe 😊

Kontakt: manuela@manuelajung.eu / +420 775 443 171

Manuela Jung

Mentorka a expertka na osobní rozvoj a nový začátek ve středním věku

[Jak mentorský program BECOMING vypadá](https://www.manuelajung.eu/becoming-cz/)
<https://www.manuelajung.eu/becoming-cz/>