

バランスホイール

記入日：

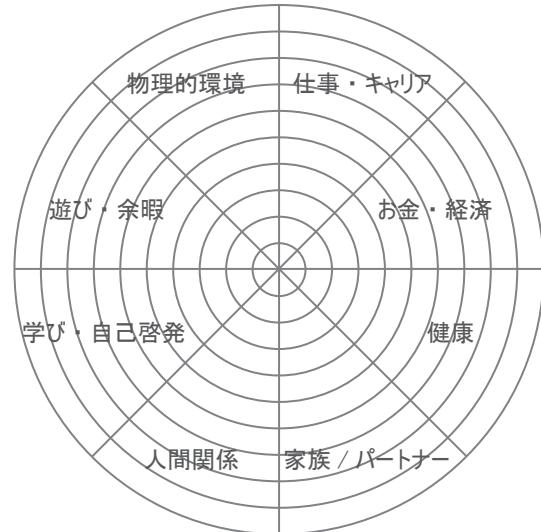
年 月 日 / 氏名：

Q 1. 人生を構成するそれぞれの要素について、

あなたにとっての「現状の満足度」を、10段階で表現してください。

必要なら、周囲にその理由をメモしてください。

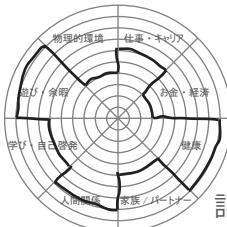
Q 2. 今の自分にとって、一番関心があることはなんですか？



Q 3. 今の自分にとっての課題はなんですか？

Q 4. 長期的に見て、一番関心を持つべきものはなんですか？

Q 5. このシートを記入しての感想



記入例。円の中心が「0」、円周が「10」です。