

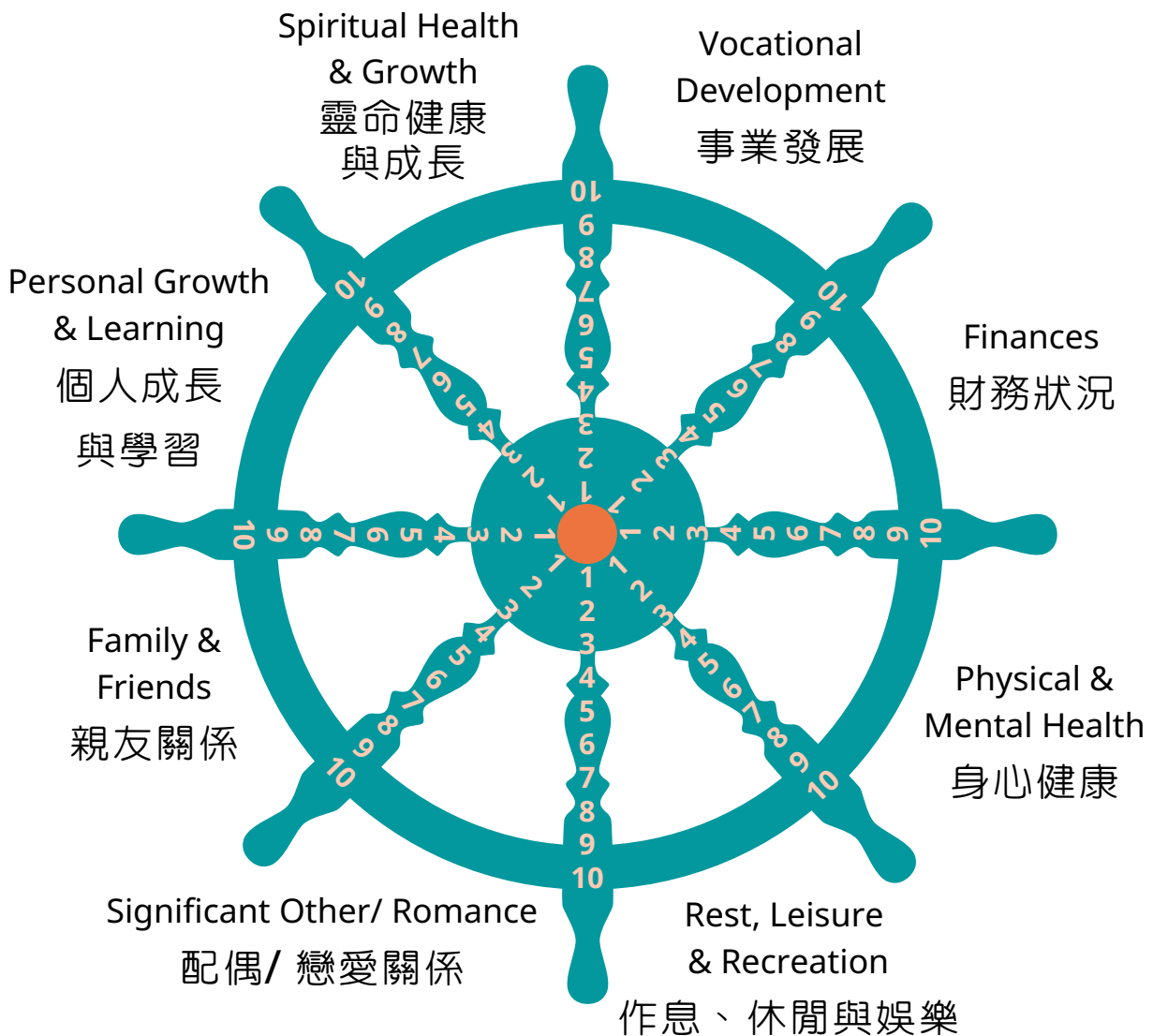


# Wheel of Life

## 生命平衡之輪

姓名：\_\_\_\_\_

日期：\_\_\_\_\_



### 指引：

以生命之輪的中心為0，外邊緣為10，請在每個生命範疇繪畫一條直線（參考例子），來表達您對每個範疇的滿意度 (Level of Satisfaction)，分數愈高代表滿意度愈高。

### 反思提問：

1. 當你看著輪子，你對現今的生命狀態有何體會？
2. 在8個範疇中，你最感恩的是哪些方面（請選2個範疇）？
3. 你最希望能改進的又是哪些方面（請選2個範疇）？
4. 若你能在這些範疇活得更美滿，你的生命將會經歷什麼不同？有多重要？
5. 在未來一個月，你可以開展什麼行動計劃？

### 例子：

