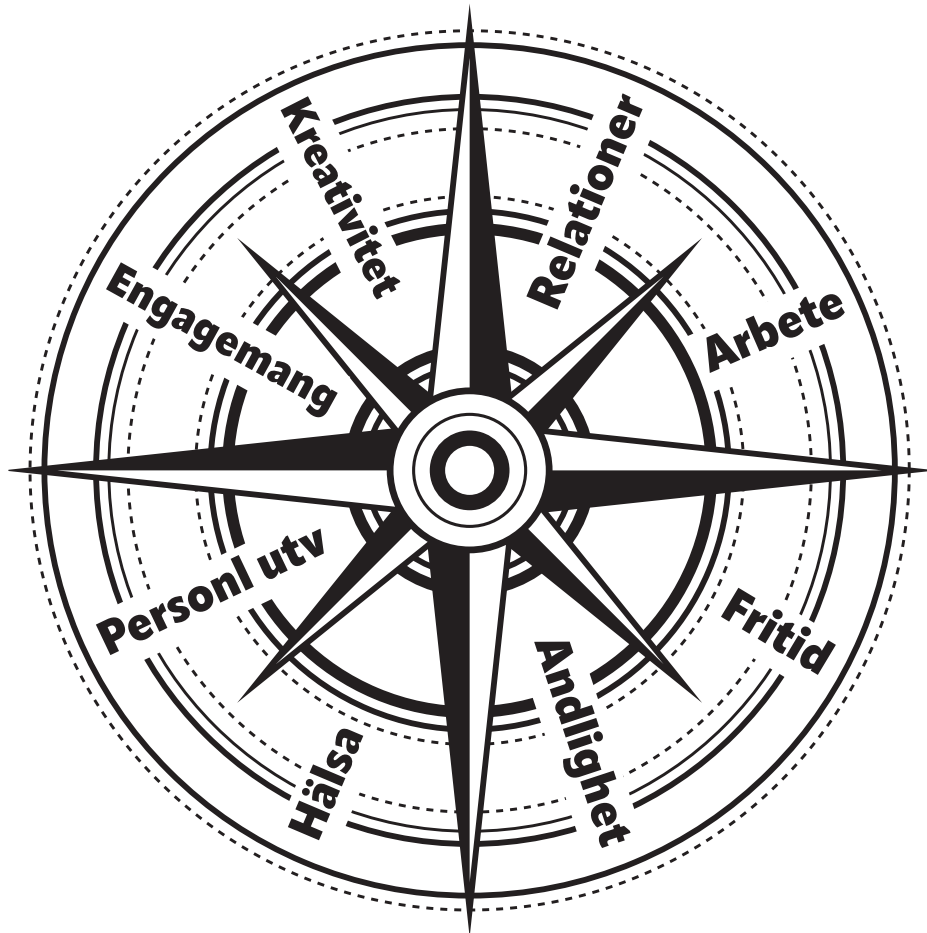


# Livskompassen

Vad är viktigt i ditt liv?



Börja med att utvärdera de åtta områdena på sida 2.

Kom sedan tillbaka hit och svara på följande:

Tre områden som känns  
särskilt viktiga för mig just nu:

.....  
.....  
.....

En litet steg jag kan ta inom de närmaste dagarna för  
att röra mig i riktning mot hur jag vill vara:

.....  
.....  
.....

Den här meningen får vara min livsriktning i svåra stunder:

.....  
.....

**Relationer**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....

**Arbete, sysselsättning**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....

**Fritid, intressen**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....

**Andlighet, tro, existens**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....

**Hälsa, kropp, egenvård**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....

**Personlig utveckling, lärande**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....

**Engagemang, samhälle, natur**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....

**Kreativitet, lek, glädje**

Viktigt: .....  
.....  
.....

Hur jag vill vara: .....  
.....  
.....

Status i dag: .....  
Litet steg: .....  
.....  
.....