



# DZIEŃ 1

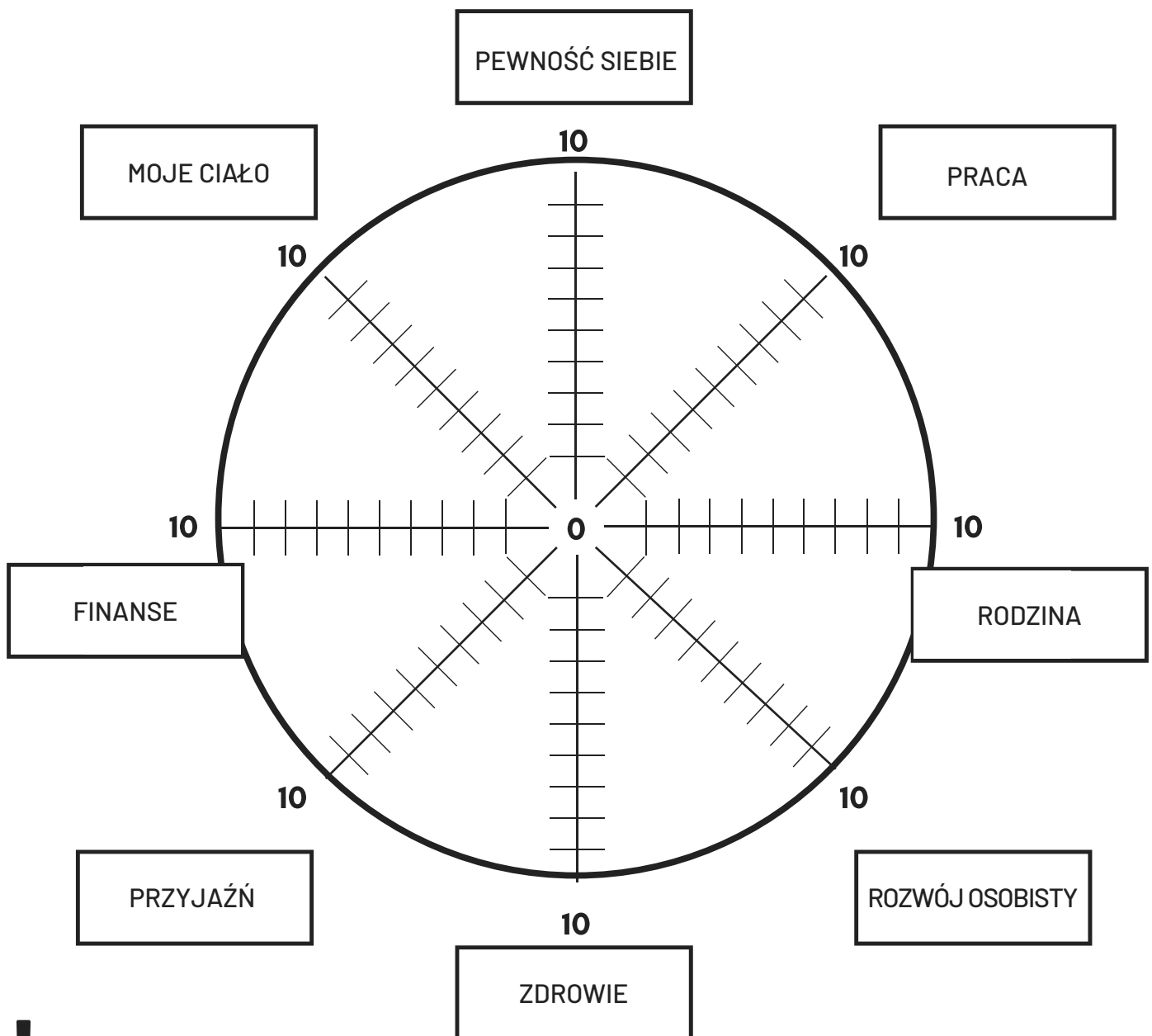
## KOŁO ŻYCIA

### KROK 1

Zaznacz na skali od 0-10 jak na dziś oceniasz swój poziom zadowolenia w każdej z 8 kategorii.

0 oznacza całkowity brak zadowolenia, 10 oznacza, że jesteś bardzo zadowolony z tego jak wygląda Twoje życie obecnie w danej kategorii.

Zaznaczaj tak jak jest, a nie jak chciałbyś, aby było.



### KROK 2

Następnie zaznacz innym kolorem na kole jak chciałbyś żeby było.