

**Pour celles et ceux qui ont décidé de prendre leur vie en main et qui souhaitent, dans un avenir proche,**

- Trouver leur chemin de vie
- Retrouver la confiance en Soi
- Devenir autonome
- Se sentir heureux(se) et aimé(e)
- Se reconstruire
- Avancer dans la vie
- Retrouver la sérénité et la paix
- Développer leur bien-être
- Vivre en harmonie chaque instant de leur vie
- Oser accueillir le bonheur

**Déterminez votre situation actuelle**

Concentrez-vous sur votre situation actuelle. Sous chacune des rubriques, inscrivez ce que vous souhaitez obtenir ou améliorer à l'instant présent. Décrivez les situations d'une manière aussi idéale qu'il vous est possible et, ne vous limitez pas.

Pour vous aider à la réflexion, voici quelques pistes :

1. Valeur, **Réputation**, renommée, notoriété, popularité...

Avez-vous confiance en vous ?  
Vous sentez-vous respecté ?  
Vous fait-on confiance ?

2. **Amour**, vie de couple...

Vous êtes seul(e) et souhaitez trouver votre double ?  
Vivez-vous une relation de couple harmonieuse ?  
Êtes aussi amoureux qu'au 1<sup>er</sup> jour ?  
Votre couple est-il dans le « métro – boulot – dodo » ?

3. **Projets**, créativité, inspiration, prévision...

Êtes-vous créatifs ?  
Avez-vous des projets, des nouvelles idées ?  
Vos projets se réalisent-ils facilement ?

4. **Enfants**, manque d'enfants...

Vos relations avec vos enfants sont-elles harmonieuses ?  
Vous êtes en manque d'enfants ?  
Vous ne voulez pas avoir d'enfant ?

5. **Aide extérieure**, amitié, relations avec les clients...

Avez-vous des amis sur qui compter ?  
Recevez-vous de l'aide facilement ?  
Avez-vous de la chance au jeu ?  
Votre clientèle est-elle prospère ?

6. **Carrière, puissance personnelle**, profession, occupations...

Aimez-vous votre métier ?  
Comment évoluez-vous dans votre métier ?  
Éprouvez-vous du plaisir à travailler ?  
Si vous n'êtes plus actif professionnellement, êtes-vous satisfait de la vie que vous menez ?  
Avez-vous confiance en vos actions ?

7. **Connaissance**, acquis, instruction, culture, éducation, compétence...

Avez-vous des facilités pour apprendre ?  
Avez-vous de l'intuition ?  
Avez-vous du temps pour la réflexion, la méditation ?

8. **Santé**,

Êtes-vous en bonne santé ?  
Menez-vous une vie équilibrée ?  
Êtes-vous stressé(e) ?

9. **Famille**, relations avec la famille, les parents...

Comment sont les relations avec vos parents, votre famille ?  
Soupçonnez-vous dans votre famille des secrets, des non-dits ?  
Comment s'est passée votre enfance ?

10. **Richesse**, Argent, style de vie...

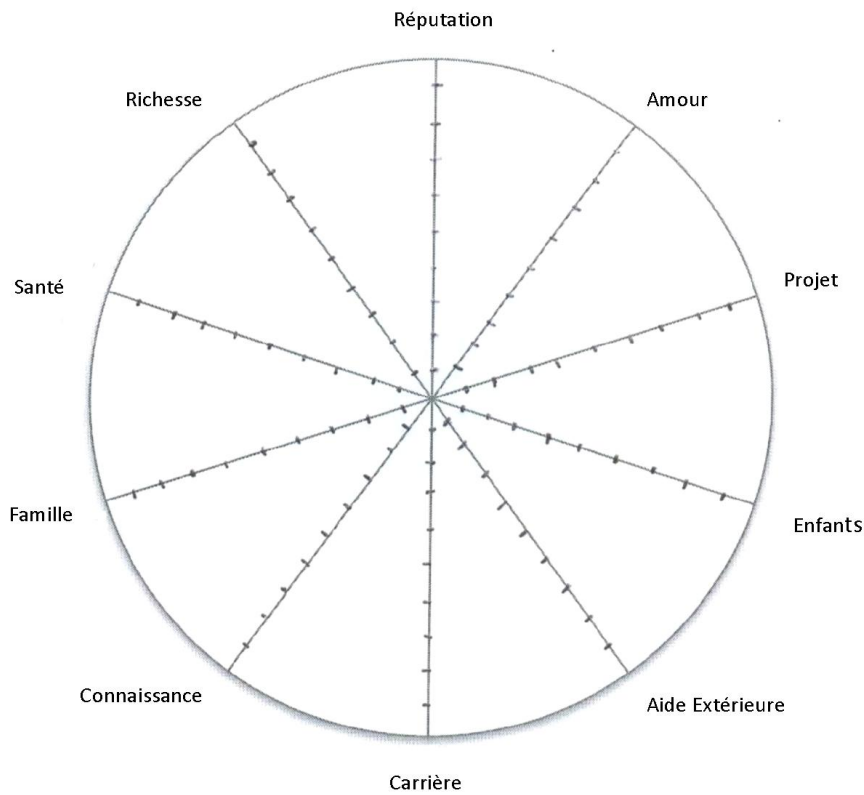
Possédez-vous une réserve financière en cas de besoin ?  
Vous privez-vous ?  
Gagnez-vous facilement de l'argent ?

Voici l'outil qui va vous aider à faire le point sur le degré de satisfaction de votre situation actuelle.

Déterminez votre niveau de satisfaction (de 1 : aucune satisfaction à 10 : beaucoup de satisfaction) en le notant sur chaque rayon.

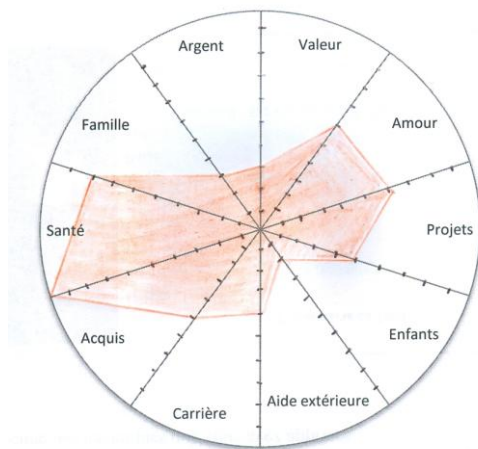
Si vous êtes pleinement satisfait, vous remplissez 100% de la zone, si vous êtes insatisfait vous ne remplissez pas la zone.

## Votre situation aujourd'hui



Votre roue est-elle équilibrée ?  
Lorsque vous regardez votre roue, que constatez-vous ?

Quelle est votre situation actuelle, dans quel domaine désirez-vous progresser pour l'instant ?



**Exemple de roue de la satisfaction**