

Faites le point sur votre vie

Sur une échelle de 1 (très insatisfaisant) à 10 (très satisfaisant), coloriez votre niveau de satisfaction dans les domaines suivants, puis faites l'inventaire de ce qui ne vous convient pas ou vous frustre.

NIVEAUX	10								
	9								
	8								
	7								
	6								
	5								
	4								
	3								
	2								
	1								
DOMAINES		Familial	Social	Santé	Mental	Qualité de vie	Personnel	Professionnel	Couple

L'inventaire, vos remarques :

