

## גלגל החיים

**מטרה:** מבט על של הרצוי והמצוי בחיי הפונה.

### **יעדי ביניים:**

- העמק היכרות עם הפונה
- בחירת תחום לעבודה מכלל תחומי החיים השונים

**מבנה ותוכן המפגש:** נבקש מהפונה למלא בצבע כל אחד מהפלחים בגלגל החיים שלו לפי מידת שביעות הרצון שלו מאותו תחום חיים (1-נמוך, 10- גבוה).

לאחר המילוי בצבע מתקבלת תמונה המשקפת את חיי הפונה. נשאל את הפונה לתחושותיו לאור התמונה שהתקבלה.

ככל שהגלגל מלא יותר החיים 'מתגלגלים' באופן הרמוני וטוב, אולם כאשר חלקים מסוימים בגלגל ריקים\חסרים יש לכך השפעה על מכלול החיים שלנו וזו הזדמנות לעבודה.

\* ניתן להחליף את הכותרות של תחומי החיים השונים בהתאם לצורך.



