



STRESSHJULET

Få indblik i, hvordan du trives i 4 områder af dit liv.

SÅDAN UDFYLDER DU VÆRKTØJET

- Udvælg op til 4 områder i din hverdag, som du ønsker at undersøge nærmere ift. din trivsel.
- Vurder hvert område på en skala fra 1 - 10 ud fra trivsel (1= lav trivsel, 10 = høj trivsel).
- Udvælg ét område og tal med andre om mulige løsninger.

© THAUER STRESSCENTER

WWW.THAUER.DK - TLF. 88 77 60 04 - INFO@THAUER.DK