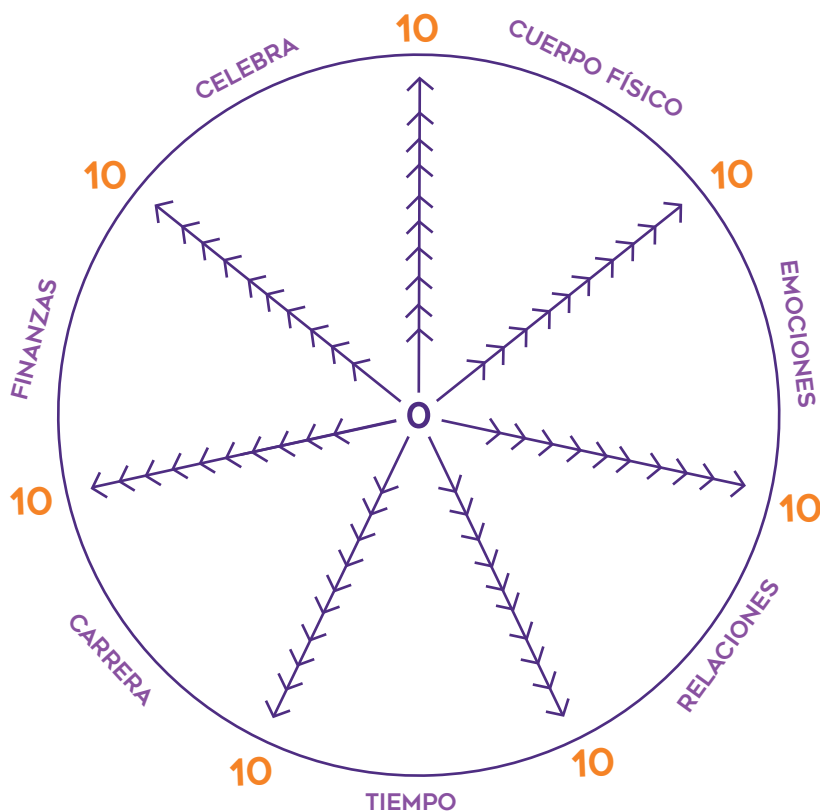


RUEDA DE LA VIDA

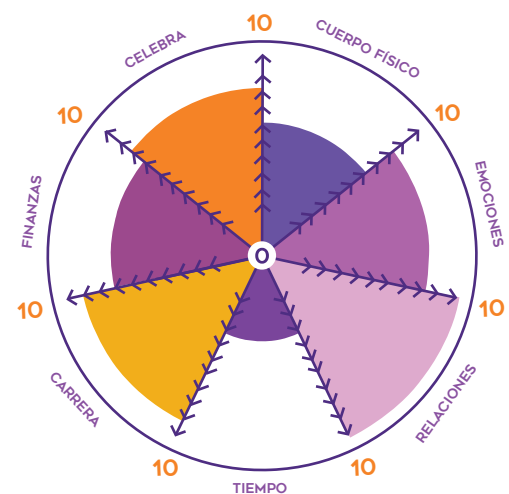
Mira la rueda de la vida y nota que está dividida en 7 diferentes secciones, todas relacionadas a alguna de las áreas típicas en la vida de una persona: tu cuerpo físico, tus emociones/significado, tus relaciones, tu tiempo, tu trabajo/carrera/misión, tus finanzas y tu sentido espiritual. El centro del círculo corresponde a un "0" y la parte exterior a un "10". Ahora, tomando un área a la vez, califícate en la escala del "0 al 10" de donde estás hoy y después define dónde realmente quieres estar.

Por ejemplo, tal vez te otorgues un "7" en tu vida familiar, un "8" en finanzas, un "5" en tu vida emocional, un "9" en tu carrera, un "8" en tu manejo del tiempo, un "6" en tu espiritualidad, y un "7" en tu salud física.

Simplemente dibuja una línea a través de la sección que represente el número en el que actualmente te calificas en esa área.



EJEMPLO



Una vez que dibujes la línea en cada sección, calificandote en una escala del "0-10", colorea cada sección para tener una imagen real de dónde te encuentras en cada área de la vida.