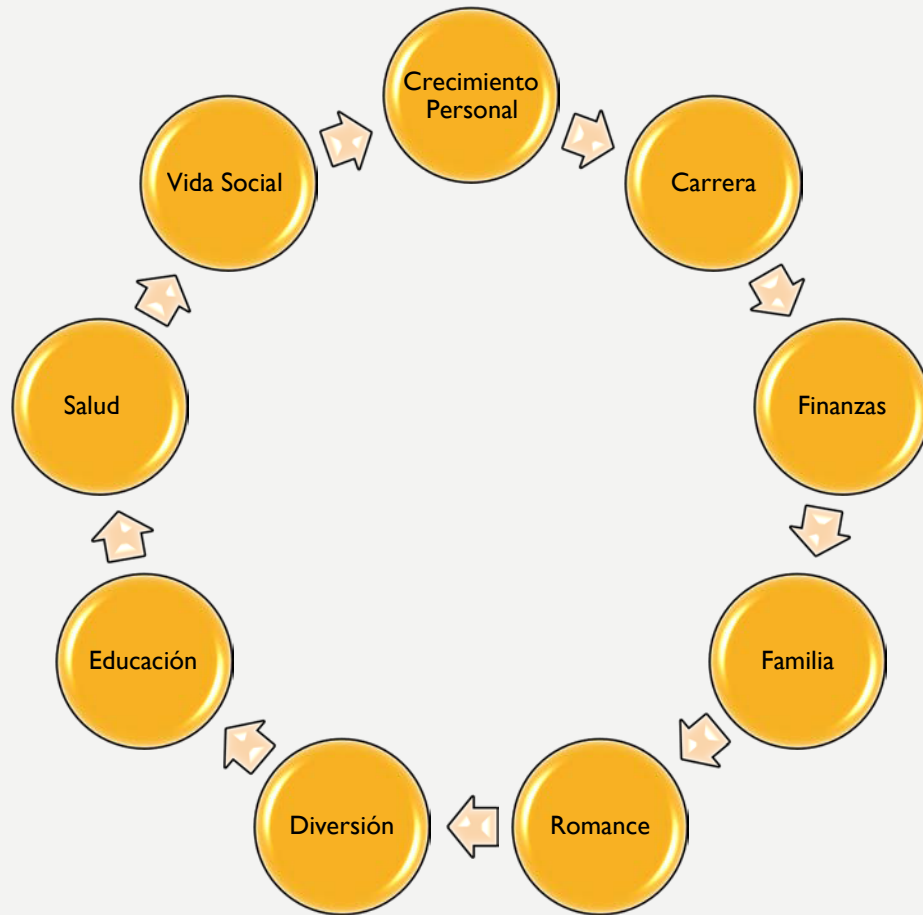


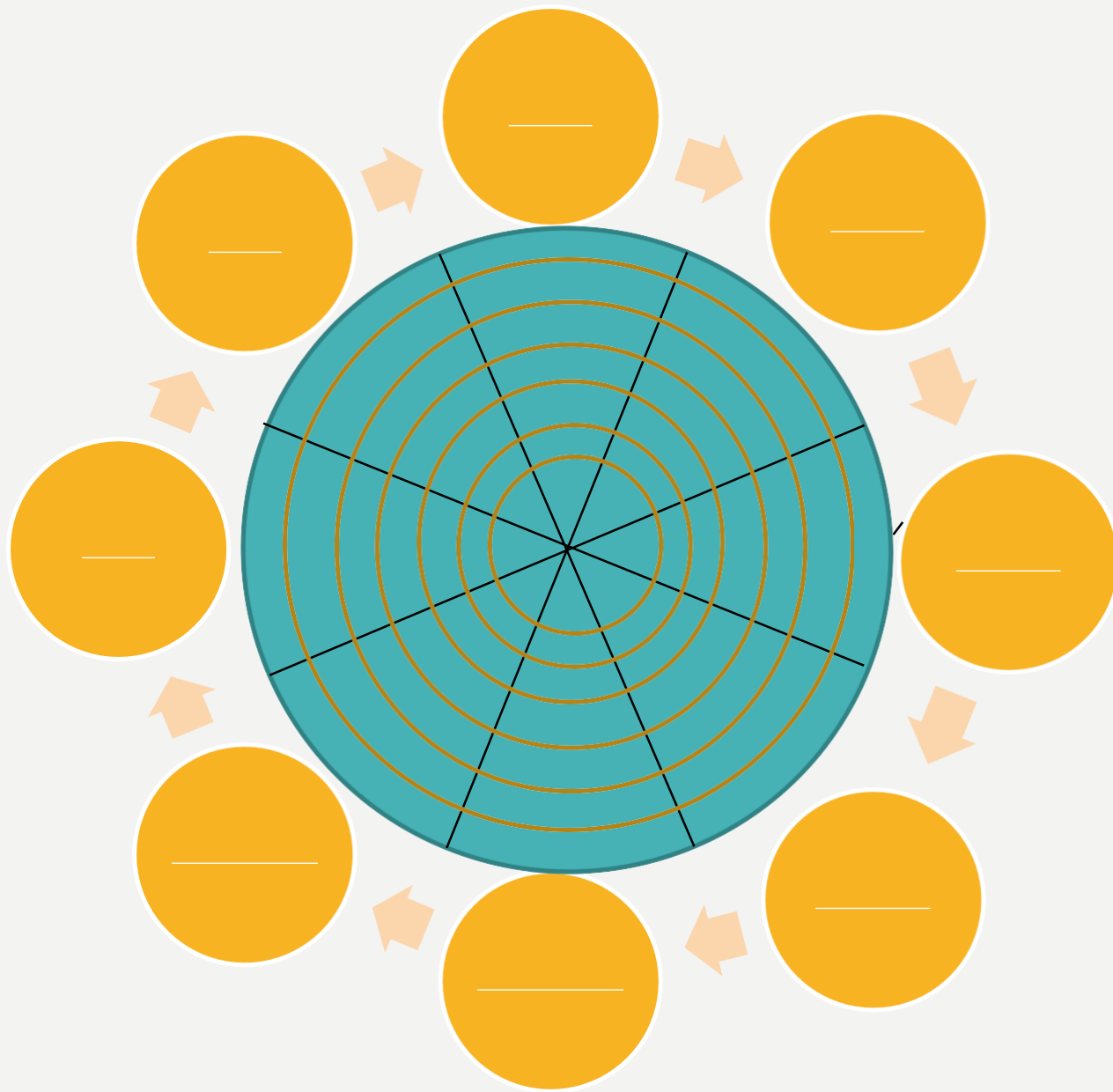
ACTIVIDAD 1: LA RUEDA DE LA VIDA



Meta Global: Desarrollar una rueda bien balanceada en tu vida.

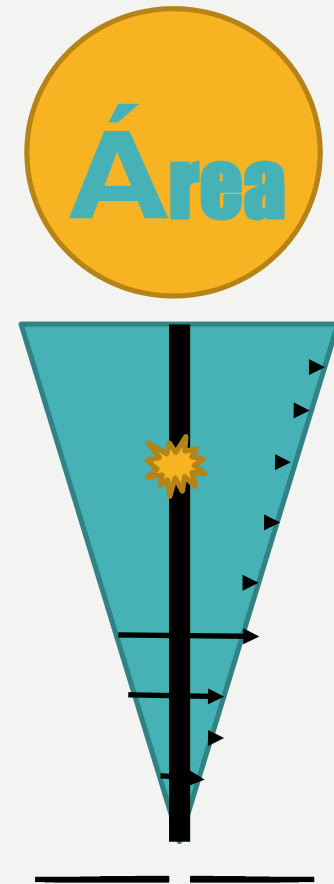
¿Qué áreas de tu vida te gustaría mejorar para poner a girar la rueda y mantenerla girando bien balanceada?

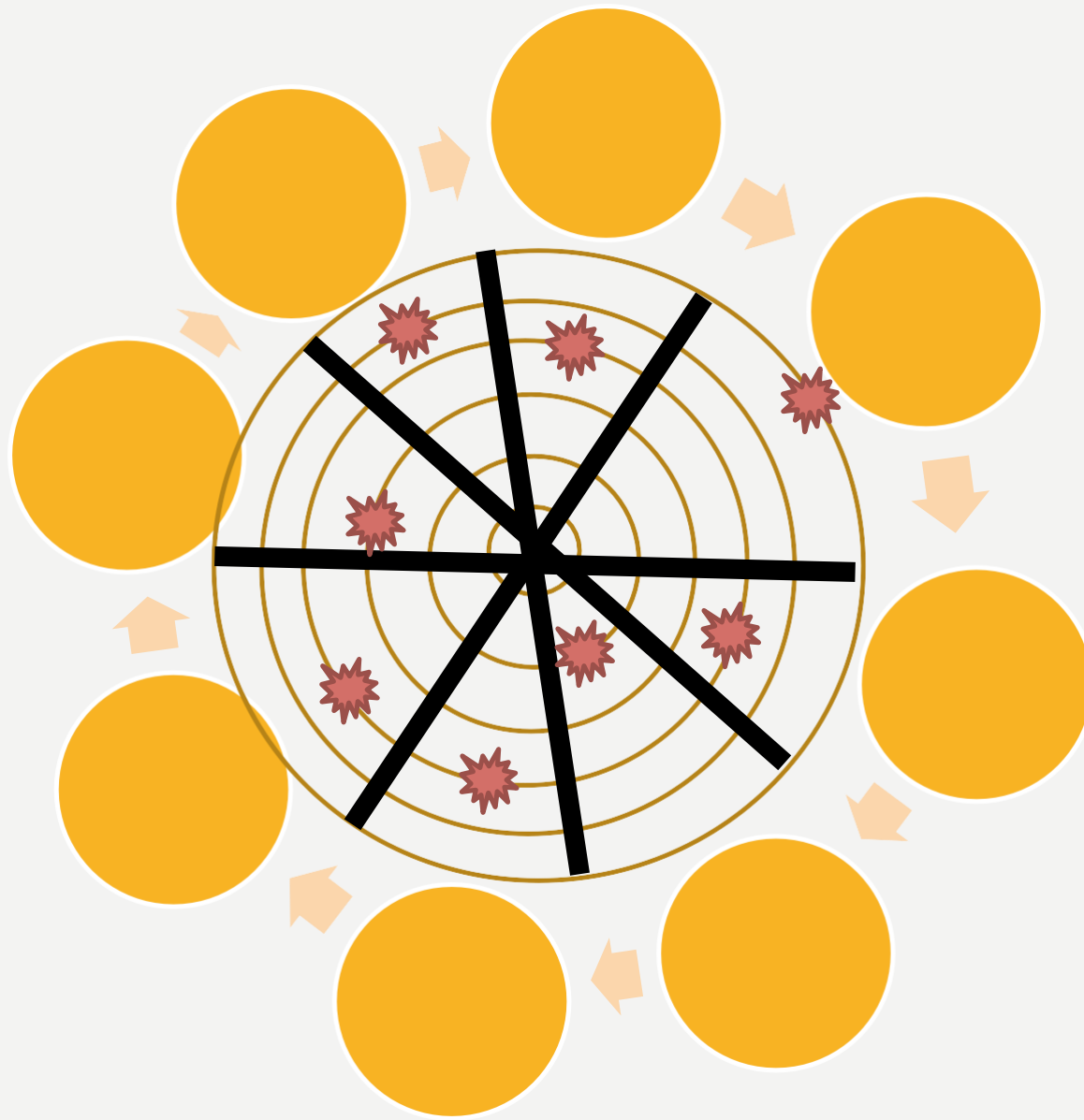
¿Qué pasos/acciones necesitas llevar a cabo para lograrlo?



Paso 1:
En cada sección, califícate (0-10)
sobre la línea vertical hasta el
valor que estimes tener ahora
en cada una de las áreas.

Ejemplo:
Finanzas





Paso 2:
Después de calificarte en cada una de las áreas, une los puntos y fíjate si formas una rueda bien balanceada.

Si la rueda no está bien balanceada, dale un vistazo al área(s) que origina(n) el desbalance. Esta sería un buen lugar para empezar a crear una buena meta.

PRIORIZANDO TUS METAS

¿Cómo decides qué hacer primero?

¿Cómo afinas tus metas?

A esto se le llama dar prioridad.

Dar prioridad significa que tú decides qué es más importante para ti en este momento. Todas tus metas son importantes, pero no es posible trabajar en todas al mismo tiempo.

1. • **Decide lo que importa más en este momento.**
2. • **Enfócate solo en esa meta.**
3. • **Agrega otras metas conforme te vayas sintiendo cómodo con lo que haces.**
4. • **Ser flexible es importante. Enfoca tus diferentes metas mientras avanzas en la vida.**