



Roda da Vida

Material de apoio -
aula bônus JULIANA
MALFACINI -
exclusivo e
pertencente ao
curso MÉTODO
MULHER
MILIONÁRIA



O que é Roda da Vida??

Aprendi a usar essa ferramenta em minha formação de Coaching, em 2011, e há dez anos ela é fundamental para apoiar meu crescimento profissional e identificar os pontos de minha vida que estão em harmonia, minhas prioridades, e os aspectos que precisam de maior atenção e cuidado. Com a interpretação dessa roda, consigo definir um plano de ações eficiente, colocando as coisas em seu devido lugar e trazendo resultados reais para mim. A seguir, você terá um



tenha uma visão sistêmica...

- **Âmbito Pessoal**
- **Âmbito Profissional**
- **Qualidade de Vida**
- **Relacionamentos**

O que você realmente precisa dar mais atenção?.

PASSO 1

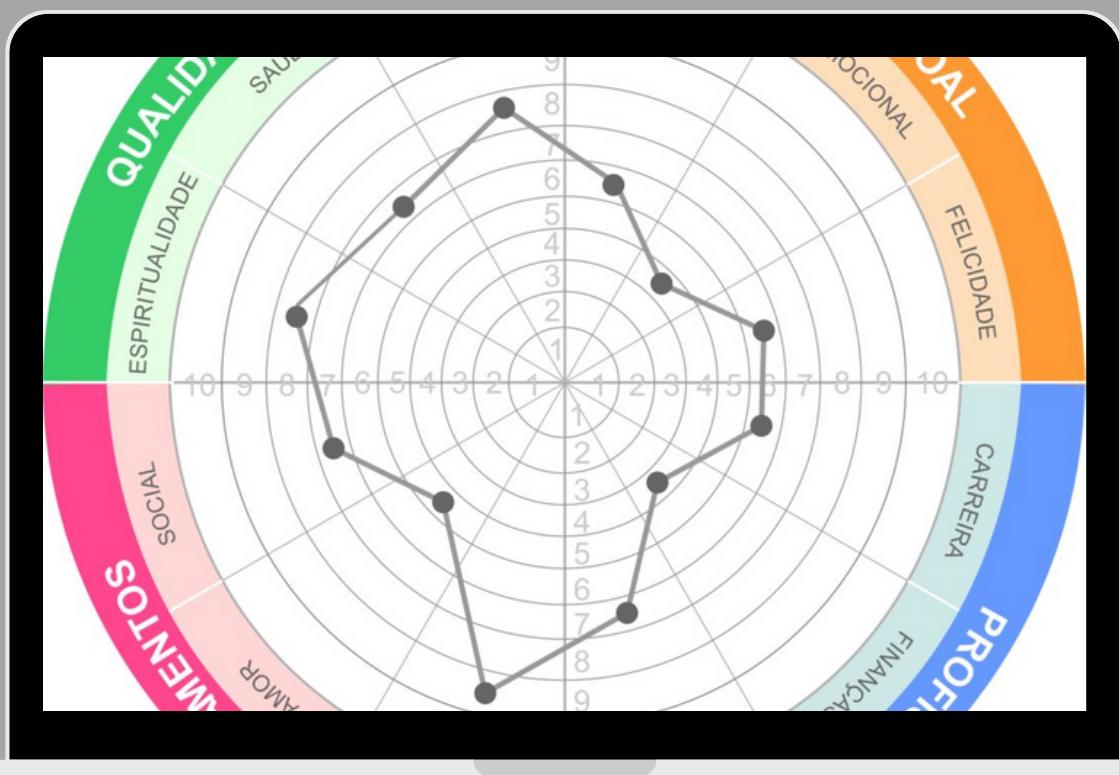
- 1. Imprima o modelo da roda da vida que estou te enviando aqui em anexo;**
- 2. Preencher as pontuações, dê uma nota real para cada item (não seja dura consigo mesma, seja o mais justa possível sem "passar a mão em sua cabeça" ou "se criticar em demasia"; tenha equilíbrio.**



Coloquei essa imagem aqui
apenas para você ver como ficam
as notas, marque "bolinhas" ou um
"x" sendo que zero é a pior nota, e
10 a melhor nota.

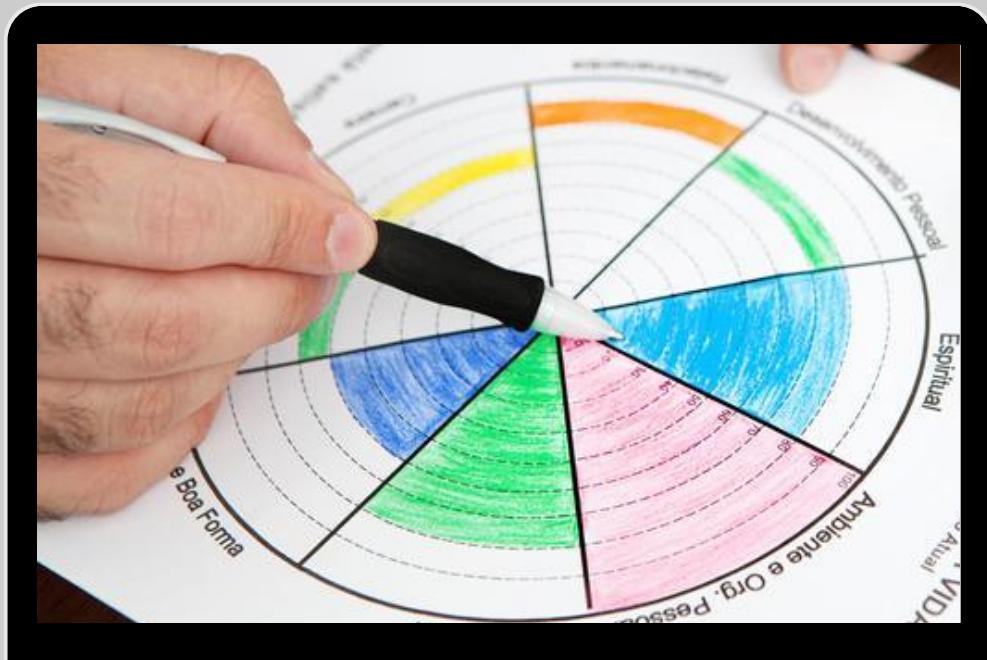
PASSO 2

Ligue os pontos de cada nota, segue um modelo abaixo para você ter uma ideia.



PASSO 3

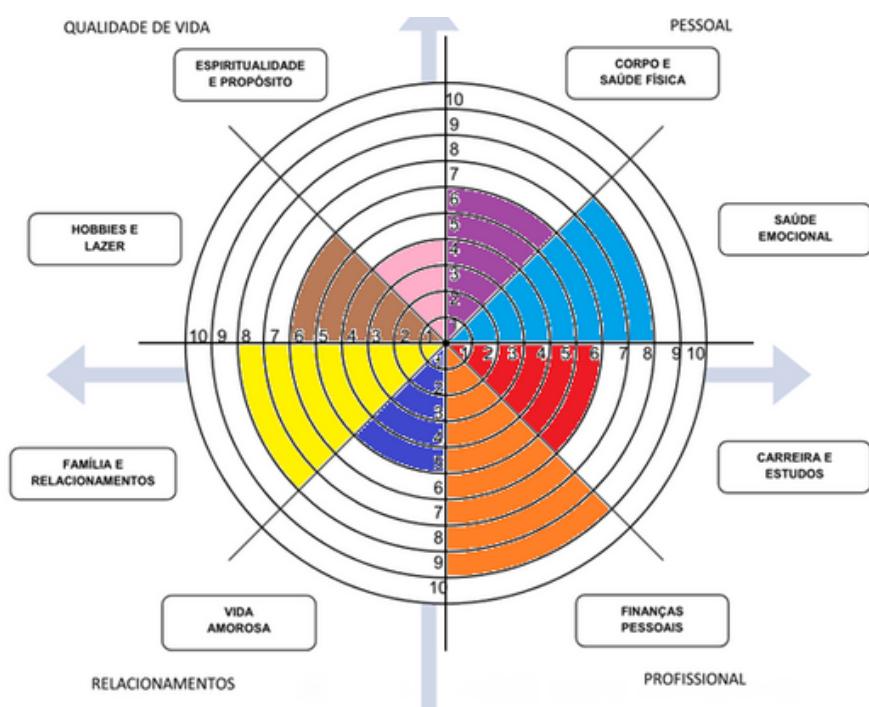
**PINTE DENTRO
DOS PONTOS,
PARA QUE FIQUE
COLORIDA A
ÁREA DE NOTAS
DOS ASPECTOS
DE SUA VIDA.**



**Aqui você tem um modelo de como ficará,
lembrando que cada roda da vida é única e tem
seu próprio formato.**

PASSO 4

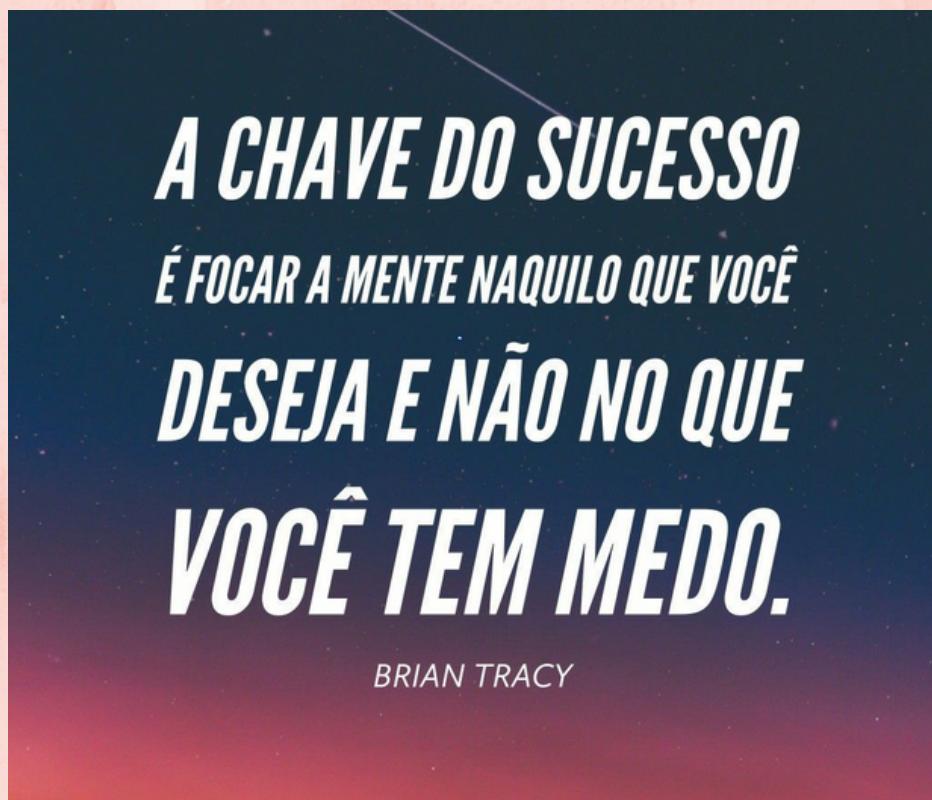
Observe quais áreas estão carentes de atenção, ou mesmo qual área você pode usar como ALAVANCA, ou seja, SE ELA TIVER MAIS ATENÇÃO, as outras irão também crescer.



EXEMPLO SIMPLIFICADO: Se eu melhorar minha SAÚDE, posso trabalhar mais e ganhar mais dinheiro.

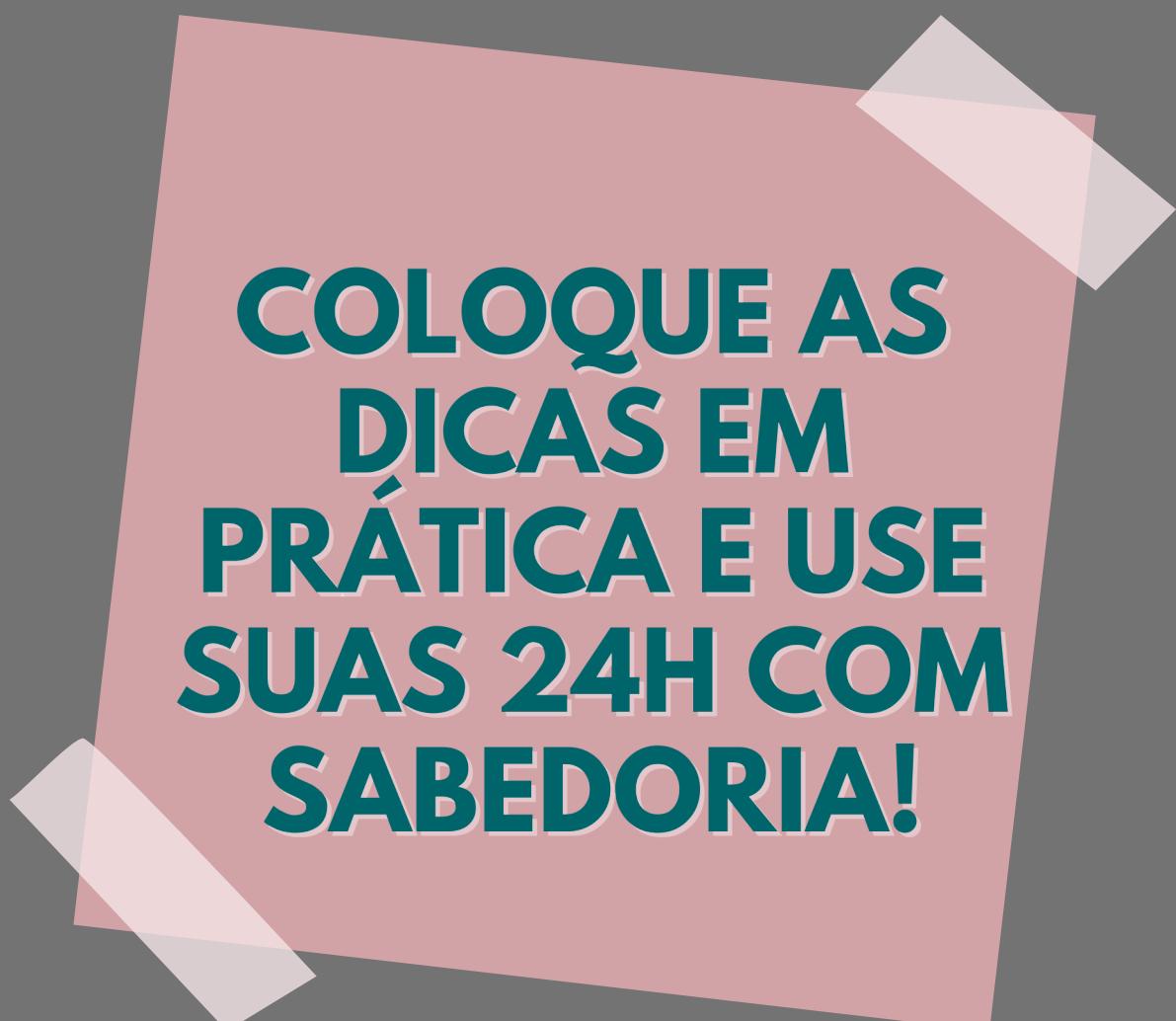
DÚVIDAS?

Fale comigo no insta **@jumalfacini**,
será um prazer te ver por lá!



Aproveite para colocar em prática
as dicas, conforme a aula explica!

SUCESSO!



**COLOQUE AS
DICAS EM
PRÁTICA E USE
SUAS 24H COM
SABEDORIA!**

Use esse material de apoio assistindo a aula.

Dúvidas? Entre em contato com [@jumalfacini](https://www.instagram.com/jumalfacini)