



# Roda da Vida

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

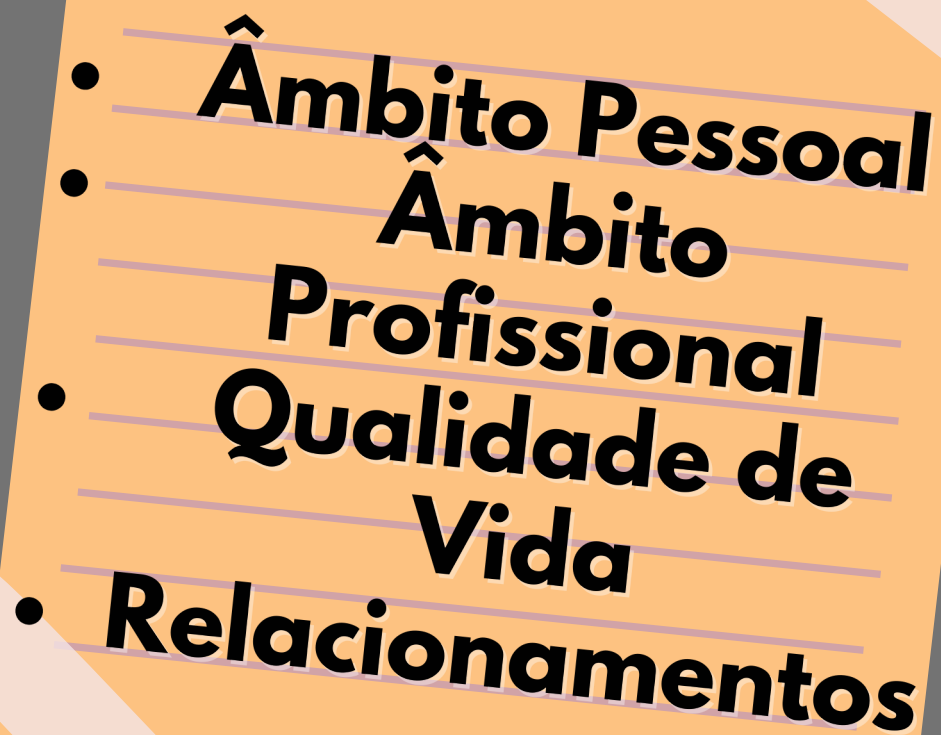


## O que é Roda da Vida??

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.**

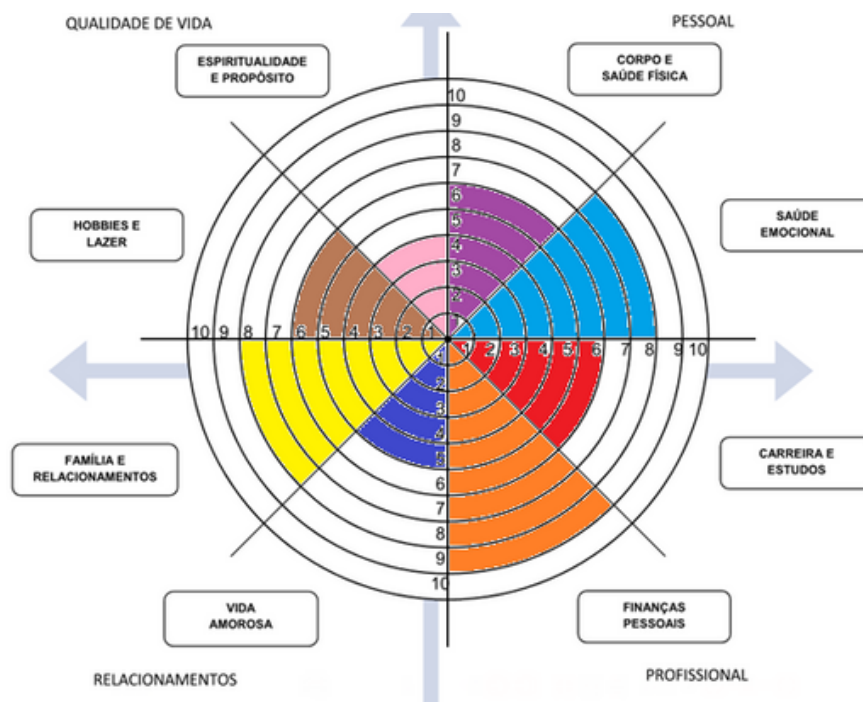


**Aqui você tem um modelo de como ficará,  
lembrando que cada roda da vida é única e tem  
seu próprio formato.**



## 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!

***A CHAVE DO SUCESSO  
É FOCAR A MENTE NAQUILO QUE VOCÊ  
DESEJA E NÃO NO QUE  
VOCÊ TEM MEDO.***

BRIAN TRACY

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**