

# La rueda de la vida



<https://annaand.co>



El trabajo	La relación sentimental
El dinero	El desarrollo personal
La salud	El ocio y la diversión
Los amigos y familia	Tu hogar

Son las facetas consideradas las más importantes.

La rueda está dividida en 8 quesitos que representan 8 aspectos de tu vida. Dentro del círculo, ves 4 círculos más que crean 5 niveles. Allí es donde vas a evaluar los diferentes aspectos de tu vida.

Por ejemplo, en el quesito "Hogar", si la nota que das AHORA MISMO a tu hogar es 3 pues coloreas hasta el nivel 3. Y así para cada quesito. La nota 1 es muy baja, es cuando no estás nada satisfecha y 5 al contrario es la mejor nota.

Es muy importante que te concentres y que no evalúes según cómo te gustaría que fuera sino cómo es ahora. Recuerda que es una herramienta visual de lo que está pasando en tu vida ahora mismo. Usa colores o no, el resultado será una rueda más o menos redonda. ¿Tu rueda podría realmente rodar? Si no, entonces ya puedes ver qué aspectos habría que mejorar.

<https://annaand.co>

