

## 10 ÁREAS DE MI VIDA

**FELICIDADES** por atreverte a dar un paso en la construcción de una nueva y mejor versión de tí. **FELICIDADES** por retarte y salir de tu zona de confort. **FELICIDADES** porque tomas **DECISIÓN** y **ACCIÓN** en tu vida.

**GRACIAS** también por la confianza que depositas en **IGNIXON**. Estamos encantados de poder ser parte de tu nueva versión y asumimos el reto de brindarte a tí y a cada miembro de esta gran familia y TRIBU una experiencia que estamos seguros los **INSPIRARÁ A SER UNA MEJOR VERSIÓN** y también a ser un **EJEMPLO** para la gente que los rodea.

El objetivo de esta evaluación es ayudarte a identificar áreas de mejora en los principales aspectos de la vida. Como ocurre con cualquier autoevaluación, el propósito no es obtener una imagen completa de todos los matices de tu vida, sino más bien brindarte una buena oportunidad para la autorreflexión general.

Este ejercicio es para tí. Lee con detenimiento cada una de las áreas y evalúate honestamente del 1 al 10.

(1 = Insatisfecho, 10 = Muy Satisfecho)

### SALUD

Mi energía al final del día es la suficiente para convivir con mis seres queridos al llegar a casa. Mantengo un entusiasmo constante todos los días. El ejercicio forma parte de mi rutina semanal, mínimo 3 veces a la semana. Mi alimentación es balanceada con base en todas las actividades que tengo al día.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### MENTE

Constantemente mi mente está llena de pensamientos positivos. Estoy cultivando buenas prácticas, ejercitándola constantemente para que mi mente se encuentre activa y pensante.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### AMOR

Mi relación es de respeto y confianza, hay paciencia y una conexión emocional que se nutre constantemente de experiencias y consejos. Si eres soltero/a: atraigo amor a mí mismo y a las personas que me rodean, esperando vivir el momento de la mejor manera.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### FAMILIA

Mi relación familiar es adecuada, todos los días existe un ambiente ameno que da pie a una conversación profunda y enriquecedora. Mi familia es lo más importante. Estoy consciente de que hay conversaciones pendientes que debo tener con alguien importante para mí.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### AMIGOS

Mi círculo de amigos aporta situaciones y comentarios positivos. Me retan constantemente a ser una mejor versión de mí mismo. Ellos se motivan y están siempre para mí. Tengo amigos que me inspiran a llevar mi vida a un siguiente nivel.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### EXPERIENCIAS

Las experiencias que estoy viviendo me hacen salir de mi rutina, para experimentar nuevas cosas y adoptar lo aprendido para poder crecer como persona. Creo momentos de esparcimiento conmigo, con amigos y/o familiares.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### ESPIRITUAL

Me siento conectado, pleno, satisfecho, tengo paz con el presente. He sido congruente con lo que pienso, con lo que digo y con lo que hago.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### FINANZAS

Soy responsable con mi dinero. Mis metas de ahorro forman parte fundamental de mi vida. Tengo un plan de ahorro que cumpla con mis objetivos, así como objetivos financieros.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### APRENDIZAJE

Tengo identificada cuál es esa habilidad que tengo que mejorar para crecer como persona. Tengo un plan puntual de desarrollo personal. Estoy consciente de que todos los días hay una oportunidad de crecimiento.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

### PROPÓSITO

Estoy satisfecho con todo lo que he hecho para lograr mis objetivos. Mi propósito de vida es claro. Estoy emocionado y comprometido con lo que estoy haciendo. Lo que hago siento que forma parte de algo más grande en mi vida.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10

