



Valores Para Vivir™
Educación



Descubre la verdad sobre tu vida como es ahora

con honestidad, humildad y aceptación:
tome el cuestionario de 15 minutos de
Valores para Vivir



Los valores consisten en llevar tu vida a la armonía y el equilibrio.
Si desea ampliar aún más su Conciencia de Valores, participa en el
Curso GRATIS de **'Autorreflexión Valores para Vivir Educación'** de 12 semanas
Está disponible a través de descarga desde nuestro sitio web.



Cómo jugar

1. Mira cada pregunta, una para cada uno de los Valores, considera cuidadosamente, no solo el primer pensamiento que te llega, sino cómo podría relacionarse con varios aspectos de tu vida: tu familia, relación primaria, tus hijos, amigos, la comunidad, tu entorno. **Ve tan profundo como puedas.**
2. Escribe lo que sientas que es cómo el valor se relaciona con tu vida AHORA, ahora mismo. Tanto como quieras. Esto sobre tu propio comportamiento, tus acciones, tu trato a los demás y a ti mismo.
3. Ahora considera el puntaje que le darías basado en 1-7, uno es el puntaje más bajo y cercano al centro, y 7 es el puntaje más alto y el más alejado. Tu puntaje se relacionará con cuánto vives cada valor todos los días.
4. Usa el círculo de abajo y escribe tu puntuación en el segmento de cada Valor.
5. Totaliza tu puntaje: potencial más alto o mayor sería 84, el círculo más amplio. Cualquiera que sea tu puntaje personal es donde *ahora vives esos valores*. Considera las implicaciones si tu vida tuvo un puntaje más alto, o cómo podría ser si fuera más bajo.
6. Comienza con Paz y marca los seis puntos a la derecha de cada segmento desde el centro hasta la rueda exterior y escribe tu puntaje / número en el segmento para cada Valor.
7. Une los puntos. Esta es entonces la forma de la "rueda de tu vida" tal como es ahora, según tu propia evaluación.
8. Imagina que tu rueda interior es la rueda delantera de tu bicicleta, ¿cómo crees que sería tu paseo ? ¿Suave o lleno de baches? ¿Es esto algo que podría ser mejor? ¿Quieres cambiar esto?
9. *Para crear un cambio para tener tu vida más redondeada, más equilibrada, mejorada... concéntrate en los valores con la puntuación más baja y podrás ver fácilmente a partir de tus respuestas lo que tiene que cambiar en ti para traer una mayor conciencia a cada aspecto de tu vida.*

RECUERDA que no hay juicio sobre ti mismo, solo reconocimiento y conciencia.

Cuestionario de Valores para Vivir

Mire cada uno de los Valores a continuación, pregúntate honestamente, '¿cómo puntúa mi vida en esta pregunta?' Escribe tu respuesta con una puntuación de 1 a 7.

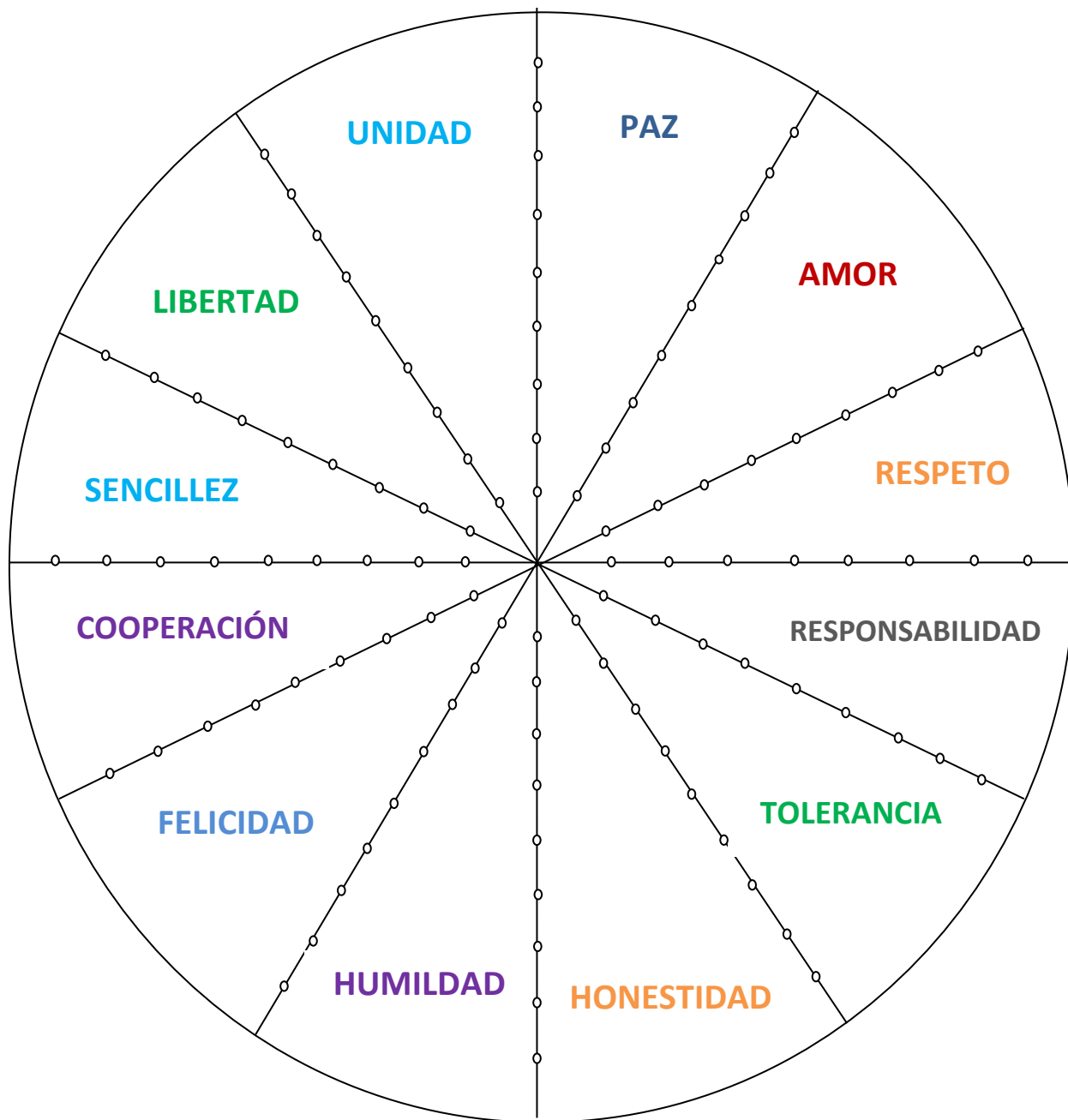
Por ejemplo: *siempre=7, a veces=5, raramente=3, nunca= 1.*

- 1. Paz: ()**
¿Creo un ambiente tranquilo en mi hogar y en mi trabajo?
 - 2. Amor: ()**
¿Expreso mi amor hacia mí mismo y hacia los demás, es mi amor incondicional?
 - 3. Respeto: ()**
¿Honro el valor de los demás y de mí mismo en mis interacciones diarias?
 - 4. Tolerancia: ()**
¿Puedo ser tolerante con los demás o las circunstancias en cada momento?
 - 5. Responsabilidad: ()**
¿Asumo la responsabilidad personal cuando las cosas van mal?
 - 6. Honestidad: ()**
¿Estoy dispuesto a ser honesto a pesar de que pueda verse afectado negativamente por el resultado?
 - 7. Humildad: ()**
¿Puedo perdonar a alguien que me ha lastimado?
 - 8. Felicidad: ()**
¿Me siento realmente feliz en mi vida todo el tiempo?
 - 9. Cooperación: ()**
¿Puedo aceptar ayuda de otros, lo quiera o no?
 - 10. Sencillez: ()**
¿Mantengo mi vida simple?
 - 11. Libertad: ()**
¿Me siento libre de tomar otra decisión en mis relaciones, en mi trabajo, en mi vida?
 - 12. Unidad: ()**
¿Me siento conectado con la vida, mi entorno y con los que me rodean?
-

Mi rueda de mi vida hoy

¿Estoy viviendo en mis valores? Hay una manera fácil de descubrir dónde estamos en cualquier momento. Une los puntos de estos doce valores fundamentales. Con una puntuación de 1 a 7, siendo uno el más bajo y más cercano al centro y siete siendo el más alto y más alejado, puntúate ti mismo el grado en que cada Valor está **COMPLETAMENTE** presente dentro de ti ahora, en este momento de tu vida. Por favor, comience con PAZ.

Suma los doce números – la mayor expresión de VALORES para VIVIR que podrías ser sería un total de 84 – (el círculo exterior donde viven los ángeles). Lo que sea que tengas es donde estás ahora en tu vida. El uso de su propia reflexión honesta le permitirá volver a centrarse en aquellos valores con la puntuación más baja.



Los valores consisten en llevar tu vida a la armonía y el equilibrio.
Si deseas ampliar aún más tu Conciencia de Valores, participa en el Curso GRATUITO de 12 semanas '**Autorreflexión en Valores para Vivir.**'
Está disponible a través de descarga desde nuestro sitio web.