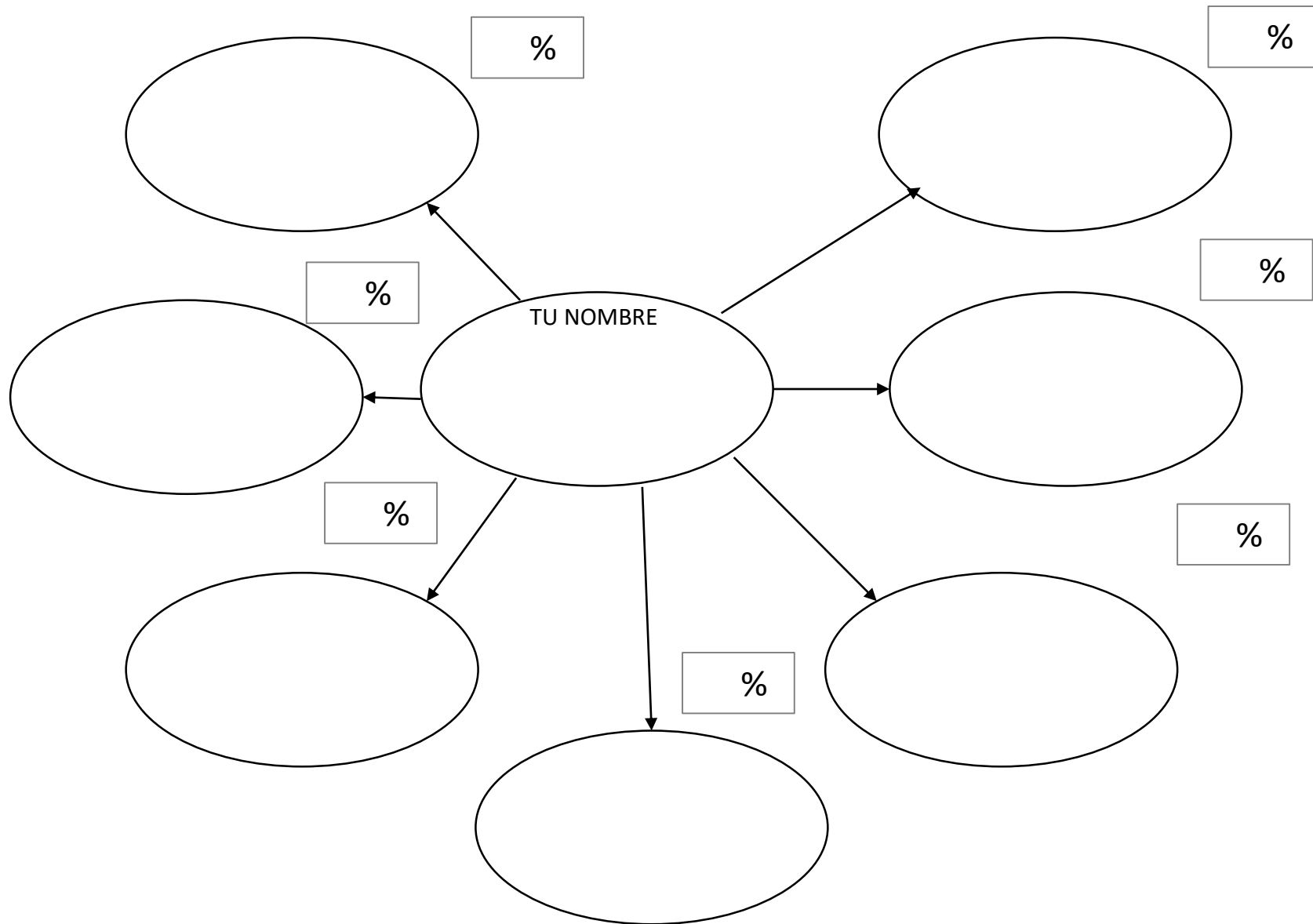


# PLANTILLA DE ROLES



Esta plantilla te servirá para medir donde se esta quedando tu energía, tiempo y recursos: anota en el centro tu nombre y en cada circulo los roles que desempeñas en tu vida: madre, hija, esposa, empleada o empresaria, hermana, madrina, etc., anade mas círculos si es necesario  
Anota fuera de este las funciones principales y con ellas trata de determinar el % de tiempo que se te va en cumplir cada rol. Mira en general el grafico y toma las decisiones que necesites tomar.