

Mis valores y yo.

Plantilla de monitoreo semanal.



Fecha: _____

Monitoreo Semanal

Dimensión	Meta	Progreso	Obstáculos
Espiritual			
Emocional			
Social			
Física			
Intelectual			
Ocupacional			
Financiera			

Instrucciones:

- 1.- Escoger un día a la semana para hacer este monitoreo semanal.
- 2.- Determinar de una a tres metas por pequeñas que sean en cada dimensión y escribirlas en la primera columna.
- 3.- Al final de la semana reflexionar en cuanto al progreso realizado y áreas de crecimiento.
- 4.- De acuerdo a los aprendizajes, usar una hoja separada para planear la próxima semana.