



REFLEXÃO SEMANAL

(Sugerimos que você faça isso todos os domingos à tarde / noite)

Lista de Ação de Graças: _____

Lista de conquistas: _____

Quem fui eu esta semana? _____

Em uma escala de 1 a 10, como avalio cada área da minha vida

(Circule o número que indica o nível em que se encontra)

Espiritualidade	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Amor	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Família	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Divertimento	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Serviço	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Carreira	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Desenvolvimento	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Finanças	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Saúde	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Vida Social	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10



Que lutas eu enfrentei? _____

O que a Bíblia diz sobre isso? _____

Como posso superá-las? _____

Que áreas da minha vida precisam de mais atenção na próxima semana?

Lições aprendidas: _____

O que eu sinto que Deus está me desafiando a transformar e mudar em minha vida?

Orações: _____

Intenções para a próxima semana: _____

Metas para as próximas semanas (Pense em Propósito e Equilíbrio)

