Perfil Comportamental

RODA DA VIDA

A SUA LEITURA GRATUITA DA RODA DA VIDA

Muita entrega, pouca recarga

O trabalho e os recursos andam à frente, enquanto o corpo e as emoções pedem cuidado.

Média 6 · Estável | Alavanca: Ambiente físico



- Corpo e mente 4
- Relações 6,5
- Trabalho e recursos 7,7
- Qualidade de vida e sentido 6,3

A sua roda: cada área preenchida até à sua nota, com a alavanca em destaque.

Inês, este é o seu Retrato

A sua média geral ficou em 6 de 10. A área mais forte hoje é Networking e relações (10) e a que mais pede atenção agora é Saúde física (2).

RETRATO DO RESULTADO
19 de novembro de 2026 · 28 respostas
Versão gratuita · Exemplo com uma pessoa fictícia

OS SEUS RESULTADOS: AS ÁREAS DA VIDA · MÉDIA 6 DE 10

Ambiente físico (alavanca)	2	Saúde física	2
Lazer e recreação	9	Vida profissional	9
Desenvolvimento pessoal	5	Networking e relações	10
Família e parentes	3	Filhos	9
Vida amorosa	4	Saúde financeira	9
Equilíbrio emocional	3	Espiritualidade	3
Contribuição e doação	8	Sexualidade e vida íntima	8

Como ler

- Cada nota é a sua satisfação de hoje com aquela área, de 0 a 10. A Roda mostra como está, e não como é.
- A área alavanca é a que, se melhorar, tende a puxar as outras consigo.
- É um retrato do momento: repita-o no fim de 30 dias e, depois, a cada 90 dias para ver o que mudou.

UMA FORÇA SUA

As suas áreas mais altas: Networking e relações (10), Lazer e recreação (9) e Vida profissional (9). São recursos que já tem.

UM PONTO DE ATENÇÃO

As suas áreas mais baixas: Saúde física (2), Ambiente físico (2) e Espiritualidade (3).

NAS PRÓXIMAS 24 HORAS

Escolha um único canto da casa ou da mesa de trabalho e deixe-o organizado hoje, em no máximo 20 minutos.

SOBRE O MÉTODO

A Roda da Vida é um mapa de autoperceção. Dá a cada área da vida uma nota de satisfação com o momento atual, e o desenho mostra, de uma só vez, onde a vida está cheia e onde pede cuidado. Não existe nota certa nem comparação com outras pessoas: a referência é a própria pessoa.

LIMITES

A Roda da Vida é um mapa de autoperceção para autoconhecimento. Não é um teste psicológico, um diagnóstico nem uma avaliação de saúde, e não o compara com outras pessoas.

O que o seu Relatório Essencial traz

Este Retrato mostra os seus números. O Relatório Essencial interpreta cada um deles: são mais 10 partes, já montadas com as suas respostas, com plano de ação e PDF completo.

- ✓ A sua alavanca: Ambiente físico
- ✓ Áreas que pedem atenção
- ✓ Como as áreas se puxam
- ✓ Os quatro pilares
- ✓ Área por área
- ✓ Contrastes entre áreas

Desbloquear o Relatório Essencial · 8 € →

Aponte a câmara ou aceda a: perfilcomportamental.app/pt/teste/roda-da-vida/

Relatório Profissional · 19 €: o questionário completo do instrumento e um relatório ao nível usado por profissionais, com o Essencial incluído. →

Envie a alguém de quem gosta e que merece conhecer-se assim: perfilcomportamental.app/pt/teste/roda-da-vida/