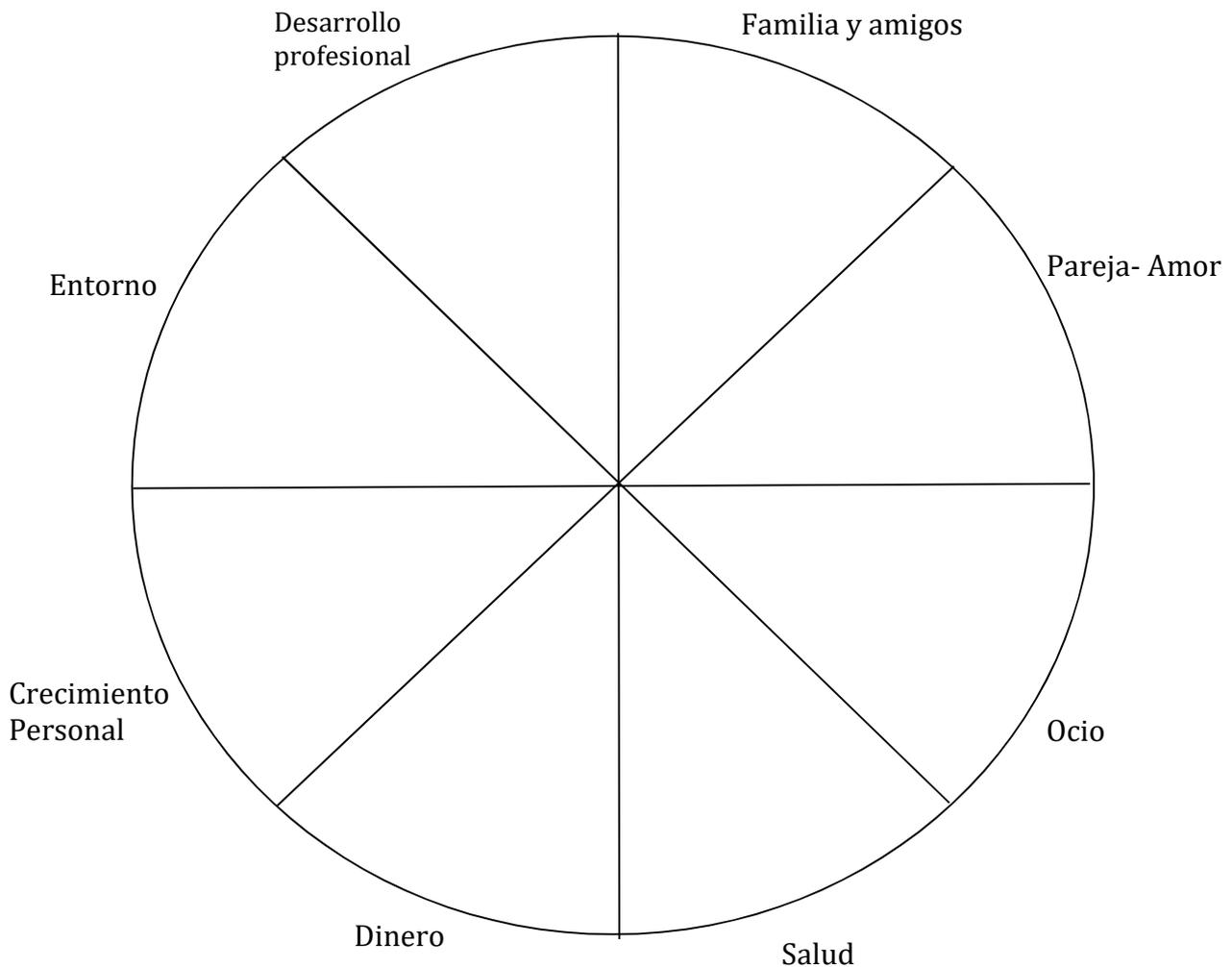


Auto-análisis: La Rueda de La Vida

Nombre y apellidos:

Fecha:



Las 8 secciones de LA RUEDA DE LA VIDA representan diferentes aspectos de tu propia vida. Considera el centro de la rueda como *nivel de satisfacción 0* y el arco de la circunferencia como *nivel de satisfacción 10*.

Marca cada área de la vida con un punto reflejando tu situación actual (no como te gustaría estar ni has estado, sino cómo estás) y únelas con una línea que corte cada sector de tu nivel de satisfacción creando un nuevo perímetro. Este nuevo perímetro representa **la rueda de tu vida**.

Si fuese una rueda real, ¿cómo rodaría?

Es un ejercicio de reflexión y una instantánea de tu momento presente, del ahora en tu vida.

¿Qué cambio o área de mejora de tu vida necesitas potenciar?, ¿qué harás?