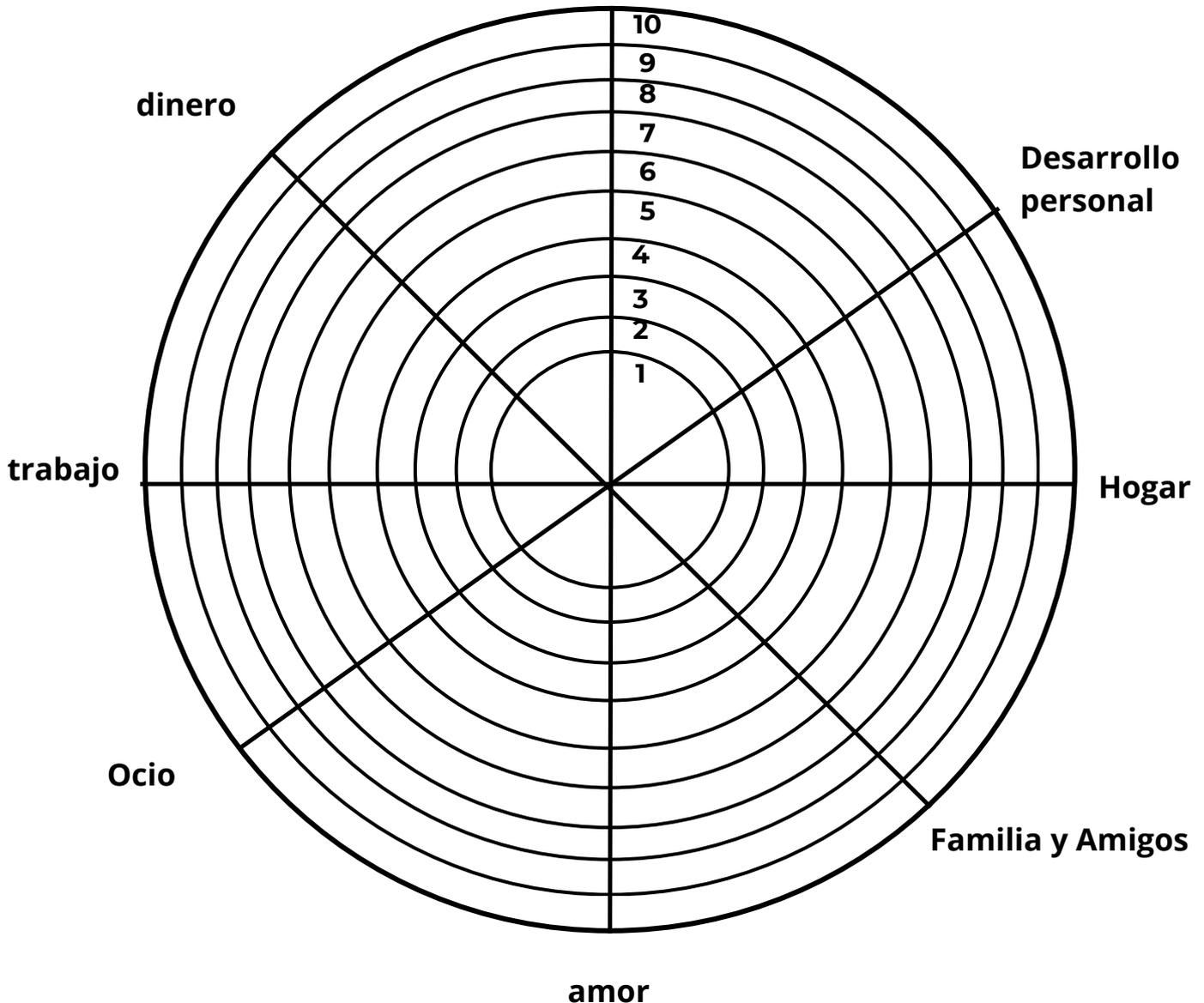


Rueda de la vida

salud



La rueda de la vida es una herramienta visual que facilita la obtención de una visión gráfica de los aspectos que componen nuestra vida y el grado de satisfacción y equilibrio respecto a ellos. Es autoanálisis de las 8 áreas que componen nuestra vida.

Puntuar cada área en el rango del número 1 al 10, siendo 10 la máxima puntuación.

Reflexión: ¿Cómo podrías mejorar en las siguientes 6 meses?