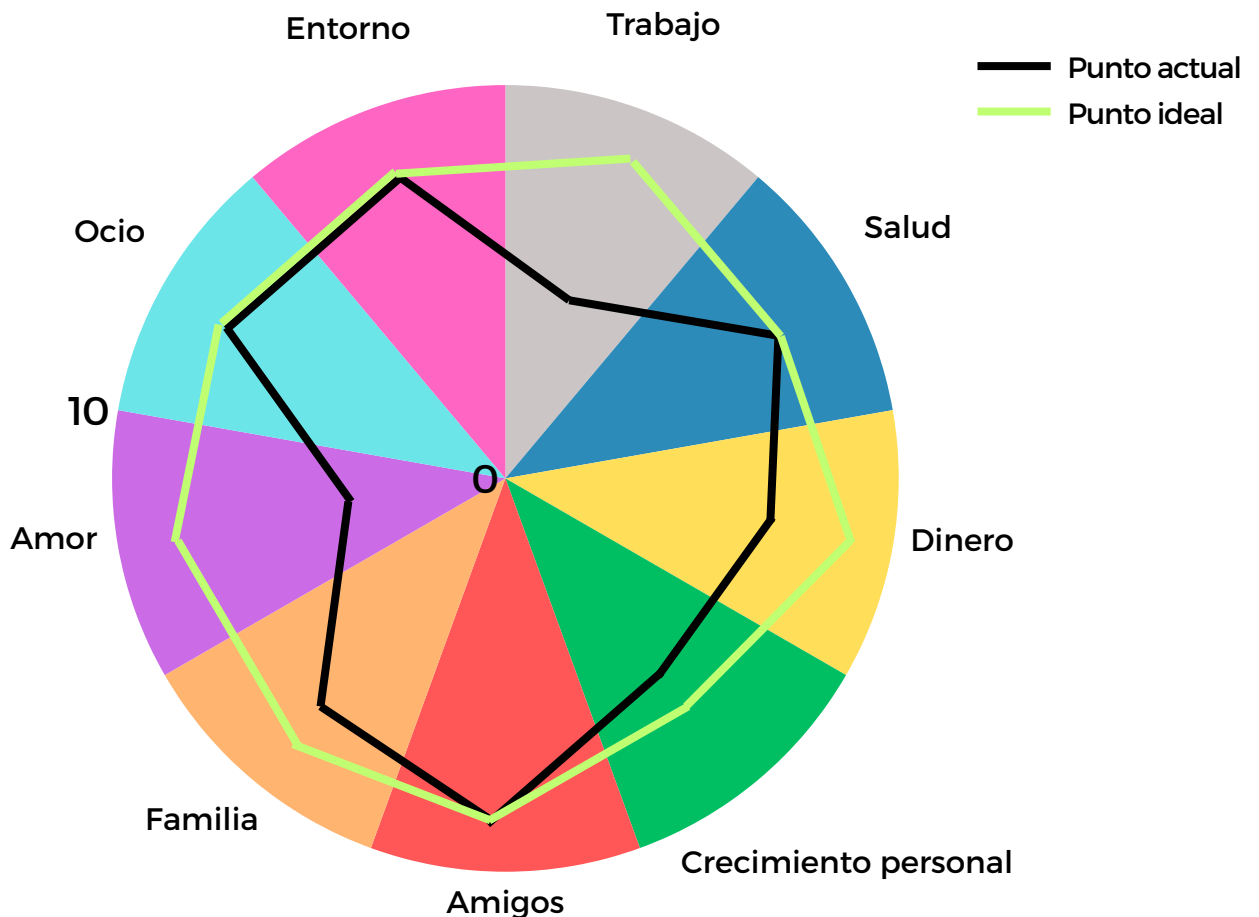


# La rueda de la vida

Permite establecer prioridades, tomar consciencia del punto en el que se encuentra la persona, identificar las necesidades personales y planificar acciones para alcanzar los objetivos establecidos en la vida. Los cambios y avances pueden registrarse en el gráfico y servirá como herramienta motivacional.

En esta rueda se evalúan diferentes aspectos en el contexto actual (trabajo, salud, dinero, crecimiento personal, amistades, familia, amor, ocio y entorno). La persona debe situarse en un punto concreto en cada una de las variables y unir los puntos con líneas rectas. A continuación, se hace el mismo ejercicio pero pensando en el valor deseado y realista para cada una de las variables. De este modo, queda un dibujo muy gráfico del punto actual y el ideal a conseguir.

## Ejemplo:



# La rueda de la vida

— Punto actual  
— Punto ideal

