

ECOLOGÍA DE VIDA

Nombre y Apellidos:

Fecha:

ÁREA SIGNIFICATIVA	PONDERACIÓN: 1. baja 2. media 3. alta	ESTADO ACTUAL de 1 a 10	ESTADO DESEADO de 1 a 10	VALOR
1. CUIDADO CORPORAL - MOVIMIENTO				
2. CUIDADO CORPORAL NUTRICIÓN				
3. GESTIÓN EMOCIONAL Y DEL ESTRÉS				
4. DESCANSO - SUEÑO				
5. CASA-HOGAR				
6. FAMILIA ACTUAL (PAREJA, HIJ@S)				
7. PAREJA-SEXUALIDAD				
8. FAMILIA DE ORIGEN (MADRE, PADRE...)				
9. RELACIONES-AMISTADES				
10. OCIO-HOBIES				
11. TRABAJO-PROFESIÓN				
12. GESTIÓN DEL DINERO				
13. PROPÓSITO DE VIDA				
14.				
15.				