

# 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-HOBBIES				
11.	TRABAJO-PROFESIÓN				
12.	GESTIÓN DEL DINERO				
13.	PROPÓSITO DE VIDA				
14.					
15.					