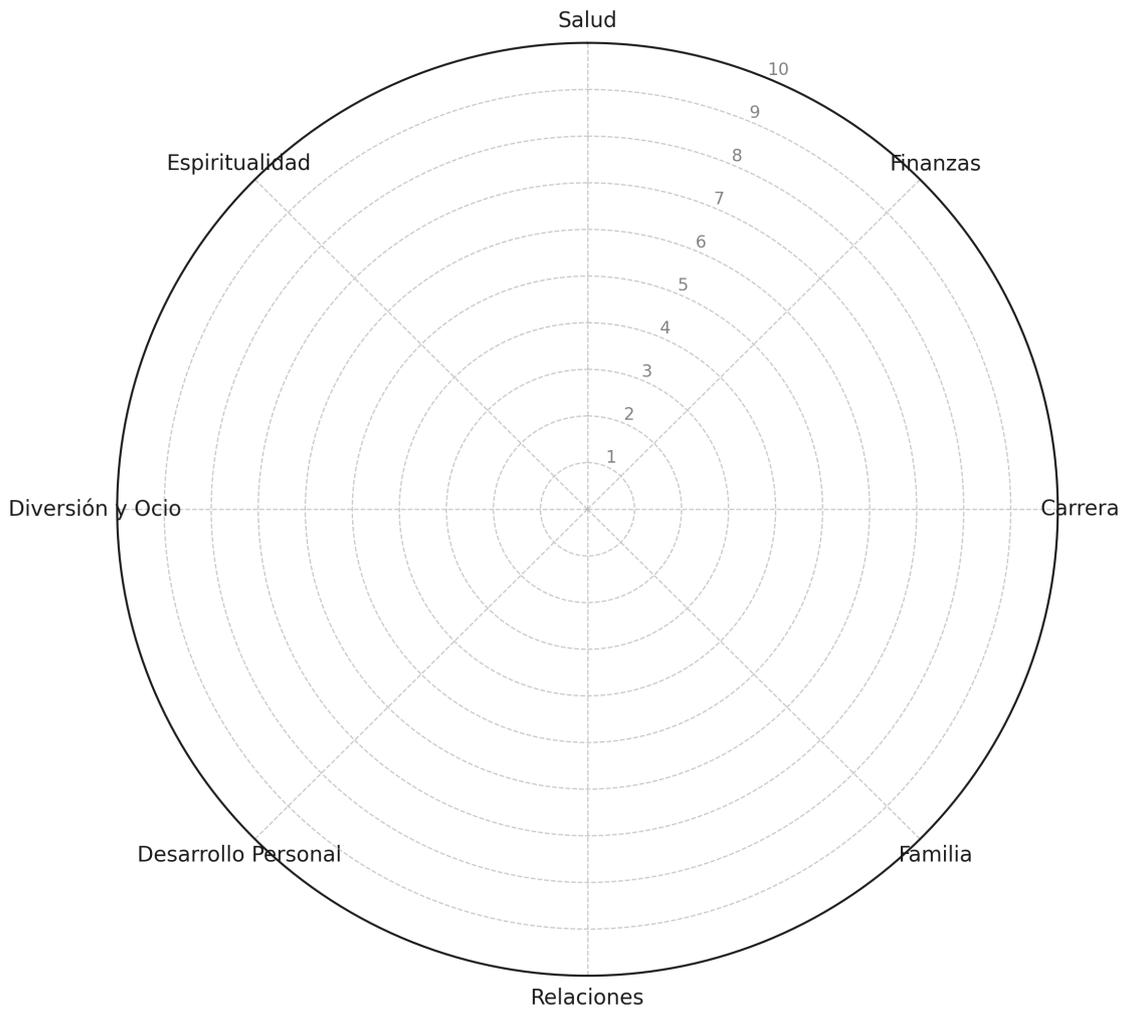


# Guía Completa: La Rueda de la Vida

El ejercicio de 'La Rueda de la Vida' es una herramienta poderosa para evaluar el equilibrio en las áreas clave de tu vida. Utiliza esta guía para identificar oportunidades de mejora y establecer objetivos claros.

## La Rueda de la Vida:



## Instrucciones:

- 1. Evalúa tu nivel de satisfacción en cada área de la rueda, del 1 al 10.
- 2. Marca tu puntuación en cada segmento.
- 3. Une los puntos para visualizar el equilibrio general.
- 4. Reflexiona sobre las áreas con puntuaciones más bajas y establece objetivos claros para mejorarlas.
- 5. Repite el ejercicio periódicamente para medir tu progreso.