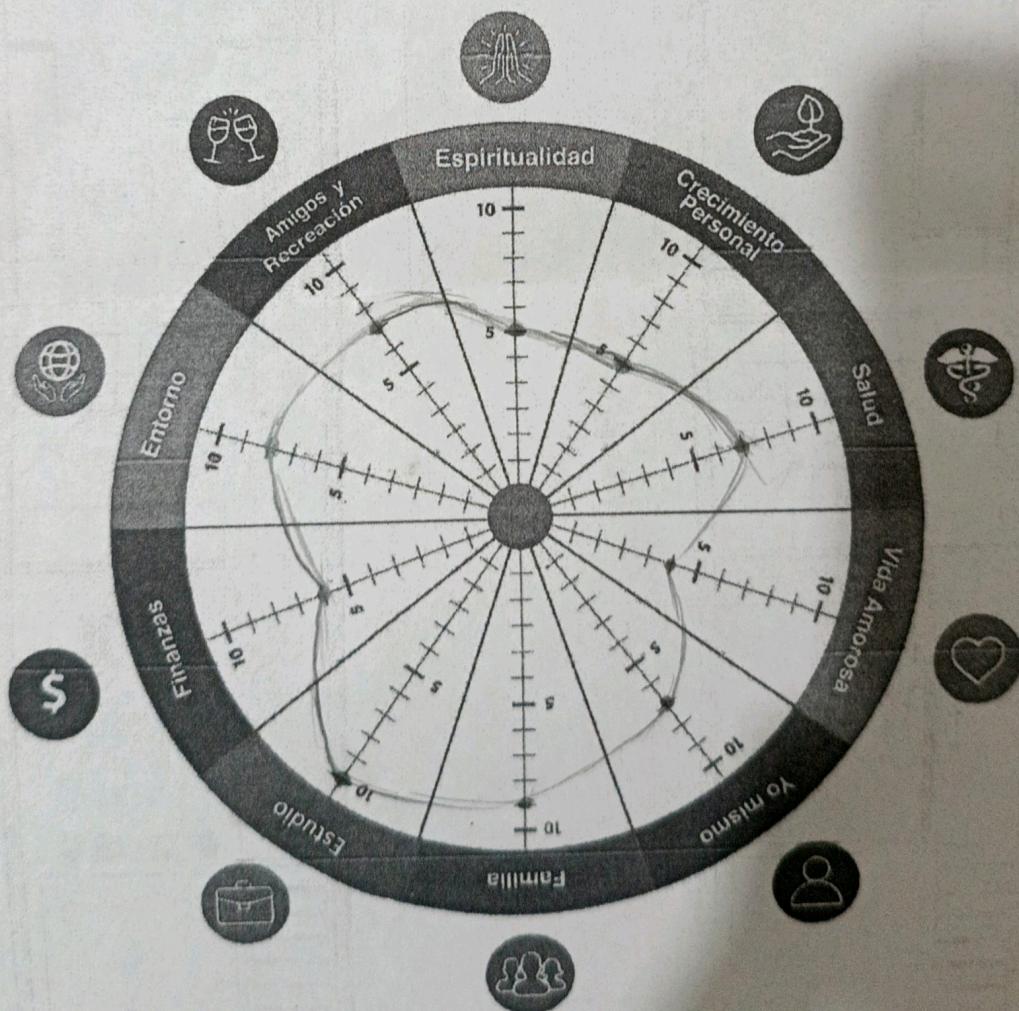


waldo

## RUEDA DE LA VIDA

Califica tu nivel de satisfacción con cada área del 1 al 10, circulando el numero correspondiente (el diez siendo tu estado de satisfacción óptimo).

Una vez terminados todos los sectores, conecta los puntos con una línea para crear una figura.



Si tu rueda está fuera de balance, puede indicar que necesitas trabajar en ciertas áreas o hacer algunos ajustes para sentirte pleno y satisfecho.

## Rutina

- Despierto =
- Reviso el teléfono -> voy al baño +
- Me cambio =
- Desayuno +
- Ira la escuela +
- Como +
- Duermo -
- Hago tarea +
- Escucho música =
- Toco la guitarra +
- Baño +
- Veo el celular -
- Duermo - (Duermo tarde)

## Claves acceso interpersonal

- No Hablar por mensaje: siento que no conecto con los demás
- Ser calmado: No me scelo llevar con gente imperativa y explosiva
- Que sepan escuchar pero me de siempre su opinión personal y sincera.
- Congenio y me caen bien las personas atentas, detallistas y optimistas. Personas alegres.
- Alguien flexible y de mente abierta, dispuesto a aprender.
- Extrovertido y positivo
- Humilde y creativo
- Respetuoso y amable (Educado)
- Le guste ver series, películas y animes.
- Le guste aprender cosas nuevas y hablar de tonterías y cosas reflexivas todo el tiempo
- Que tengan inteligencia emocional
- Le gusten los gatos.
- Sea muy afectivo.

### 3 líderes

- ~~Stephen Coker~~ - "La mamba"
- Hitler
- Julio Cesar