



Cajita de herramientas
para la evaluación

S



1.- Pregunta milagro

S



2.- Trabajo con las áreas de vida

S

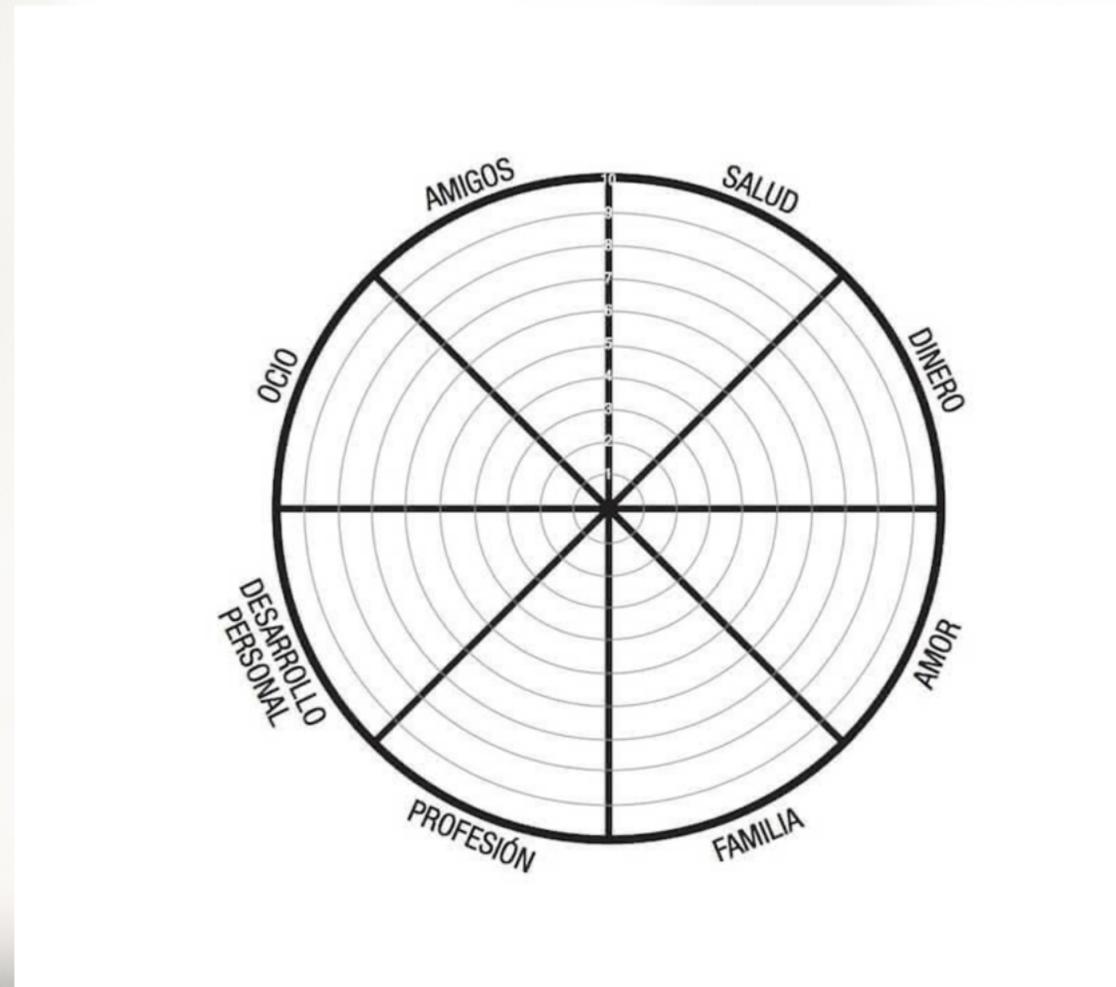


ÁREAS DE LA VIDA					
ASPECTO	ESTADO ACTUAL	ESTADO DESEADO	DIFERENCIA	RETO/META	OPERACIONES
SALUD					
FAMILIA DE ORIGEN					
PAREJA					
HIJOS					
CASA/HOGAR					
TRABAJO/ PROFESIÓN					
DINERO					
OCIO/HOBBIES/AFICIONES					
SEXUALIDAD					
DESARROLLO PERSONAL					
AUTOESTIMA					
PROYECTOS/ SUEÑOS					
TEMAS INCONCLUSOS					
AMISTADES					
AUTOCUIDADO					



3.- La rueda de la vida

S





4.- La linea de vida

S



5.- La línea del síntoma

S



6.- La autobiografía emocional

§

AUTOBIOGRAFÍA EMOCIONAL

1. VIVENCIA FAMILIAR

1.1 MOMENTOS CLAVE

Describir brevemente momentos clave de tu vivencia familiar, anotando los recuerdos más importantes; vivencias emocionales de momentos que han quedado marcados tanto por un recuerdo positivo como negativo:

-INFANCIA:

-ADOLESCENCIA:

-EDAD ADULTA:

1.2 RELACIÓN ENTRE LOS PADRES

Describir brevemente como ha sido la relación de tus padres (muestras de afecto, valores, personalidad, estilo de relación...).

1.3 IDENTIFICACIÓN CON LOS FAMILIARES

A que miembros de tu familia crees que te pareces y en qué (carácter, valores, personalidad).

1.4 LÍMITES Y PERMISOS

- ¿Qué prohibiciones y permisos, imposiciones se daban en casa? Indicar quien los hacía cumplir, a que edades se han dado y si se respetaban o no.

2. RELACIONES INTERPERSONALES

Describir brevemente los momentos clave en tus relaciones interpersonales (amigos, compañeros de clase) vivencias positivas y negativas.

3. RELACIONES DE PAREJA

¿Cuántas relaciones has tenido? ¿Cómo terminaron? ¿Relación actual? ¿Cómo te sientes...?

Describir brevemente las historias de pareja pasadas y la actual explicando cuales han sido los momentos que más te han marcado. Vivencias positivas y negativas.

4. SEXUALIDAD

¿Cuál ha sido tu vivencia respecto a la sexualidad en la infancia? Miedos, culpa, vergüenza. Curiosidad, naturalidad. ¿y en tu juventud, en la adolescencia y ahora?

5. INTERESES

¿Cómo administras tu tiempo libre? Explica que hobbies e intereses tienes. Cuales desarrollas o has podido desarrollar y cuales no y por qué.