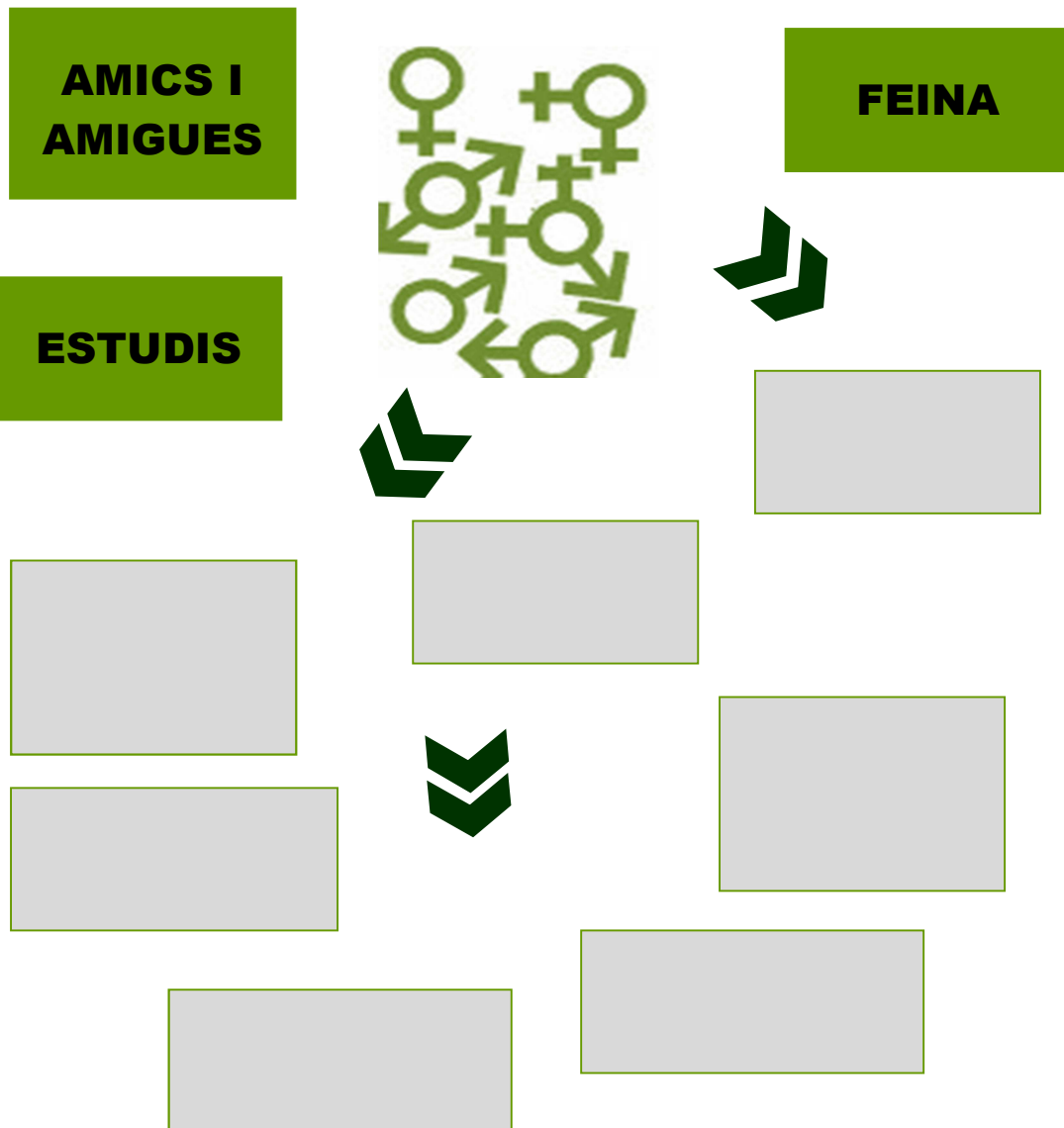


Hi ha moments en què pot ser útil aturar-se i pensar com ens van les coses en general, demanar-se si la vida ens va com realment voldríem, i què podem fer per a què sigui així. Preguntar-se per la feina, la família, les amistats, les aficions, etc.

A continuació, pensa i anota quins són els àmbits i espais en què et mou, quines són les persones o grups amb què et relaciones, quines activitats realitzes....



**EN QUIN MOMENT ESTIC?
TREBALLAR ENTRA EN ELS
MEUS PLANS?**



ACTIVITAT 1. EL DIAGRAMA

... ja has triat els àmbits, espais, activitats, persones, grups... Ara es tracta que reflexionis com et van les coses en cadascun dels espais en què et mous i amb les persones amb qui et relaciones. Creus que hi ha coses que voldries canviar? Per a què? I, hi ha altres àmbits on et voldries moure? Hi ha altres activitats que voldries fer? Estàs satisfet/a amb el que fas?... Necessites canvis? Saps quins? Pensa-hi i vés anotant les teves reflexions.