

Línea de vida

Instrucciones para la línea de vida:

Hacer una línea de vida es un gran ejercicio para comprenderte mejor. Arriba tienes una línea, en ella tienes que escribir los momentos de tu vida que tu consideres relevantes y cómo te sentiste en cada momento. A lo mejor hay algunos en los que no tienes muy claro cómo te sentiste, no pasa nada. La línea de vida comienza en tu nacimiento y termina en el momento en el que estás realizándola. Ordena cronológicamente todo lo que te ha traído a este momento. Si no te entran los eventos, ánimoate a coger otra hoja y seguir tu línea de vida. ¡Un folio es muy poco para hablar de todo lo importante que nos ha pasado!