



















Elegir las metas

Este cuadro puede ayudarlo a identificar su nivel de satisfacción o felicidad en diferentes áreas de la vida. Luego podrá decidir en qué áreas desea hacer cambios y establecer algunas nuevas metas.

Podría resultar útil trabajar con su equipo de tratamiento si desea apoyo adicional con este ejercicio.

¿Qué tan satisfecho/a o feliz estoy?

ÁREAS DE LA VIDA						ÁREAS DE LA VIDA					
			Insatisfecho/a	Satisfecho/a	Muy satisfecho/a				Insatisfecho/a	Satisfecho/a	Muy satisfecho/a
	Vivienda						Relaciones con amigos				
	Médico/equipo de tratamiento						Relaciones románticas				
	Medicación						Pertenencia a una comunidad				
	Educación						Salud general				
	Trabajo (pago o voluntario)						Diversión/pasatiempos/placeres				
	Dinero/finanzas						Espiritualidad				
	Relaciones con la familia						Otra				

Las siguientes son tres áreas en las que desearía mejorar o establecer una nueva meta:

1. _____
2. _____
3. _____

Para obtener más información y recursos de recuperación gratuitos, visite

www.ChoicesInRecovery.com

SUBMISSION ID: 1787888
DATE OF TRANSLATION: 13-Dec-19
ELECTRONIC FILE NAME: Worksheet 1_Choosing your Goals
SOURCE LANGUAGE: English
SOURCE CP CODE: cp-110936v1
TARGET LANGUAGE: Spanish (US)
TARGET CP CODE: cp-128225v1
TRANSPERFECT JOB ID: US0595147

In accordance with the specifications agreed upon for this request, TransPerfect certifies only the text marked up by the client.

TransPerfect is globally certified under the standards ISO 9001:2015, ISO 17100:2015, and ISO 18587:2017. This Translation Certificate confirms the included documents have been completed in conformance with the Quality Management System documented in its ISO process maps and are, to the best knowledge and belief of all TransPerfect employees engaged on the project, full and accurate translations of the source material.

TRANSPERFECT TRANSLATIONS INTERNATIONAL, INC.
TRANSPERFECT GLOBAL HQ
3 PARK AVENUE, 40TH FLOOR, NEW YORK, NY 10016