

## ¿CUÁLES SON TUS NECESIDADES?

1.- Rellena la primera columna con una cifra del 1-100 reflejando el grado de importancia para ti de cada necesidad. En las casillas libres, puedes poner las necesidades que son importantes para ti y no están en esta lista.

2.- Rellena, sin mirar la primera columna, la segunda columna con una cifra que refleje el grado de satisfacción que sientes en cada una de las necesidades en este momento de tu vida.

3.- Calcula la diferencia entre Importancia y Satisfacción y anota la cifra en la columna de Urgencia.

	Importancia (I) Del 1 al 100	Satisfacción (S) Del 1 al 100	Urgencia (U) Del 1 al 100
ACCIÓN			
ELECCIÓN			
INDEPENDENCIA			
EMPODERAMIENTO			
DEBER, RESPONSABILIDAD			
RECONOCIMIENTO			
APRENDIZAJE			
HONESTIDAD			
TRANSPARENCIA			
BIENESTAR			
CONTROL			
EVOLUCIÓN			
SEGURIDAD			
PODER			
LIBERTAD			
MÉTODO			
TIEMPO			
RESPONSABILIDAD			
COMUNICACIÓN			
ORDEN			

Las puntuaciones en la columna de “Urgencia”, te darán información sobre necesidades no cubiertas o excesivamente satisfechas que son, en estos momentos, tus áreas de mejora.