

	NIVEL DE CRISIS	EJEMPLO	REACCIÓN ADECUADA
1 - 2	Crisis Pasajera	Contratiempo	Desdramatiza y toma acción
3 - 4		Problema Chico	Paciencia, prudencia y acción
5 - 6	Crisis Media	Problema Medio	Análisis, asesoría y acción
7 - 8	Crisis Desafiante	Conflicto de trabajo Conflicto familiar	Pausa y análisis de proyecto de vida
9 - 10	Crisis Existencial	Enfermedad grave Muerte Divorcio Quiebra	Paro total, reflexión, redefinición de prioridades y ajuste al proyecto de vida