ACTIVIDAD DE REFLEXION

A lo largo de su vida, han pasado cosas buenas, otras para aprender y unas que realmente lo hacen sentir orgulloso de lo que es y ha logrado al día de hoy. También hay cosas que lo hace sentir feliz, por ejemplo, hacer deporte, cocinar, jugar videojuegos, visitar sitios de lectura, entre otros. En este orden de ideas, lo invitamos a rescatar aspectos positivos y negativos, aspectos que le gustaría mejorar y acciones que lo hacen feliz y en las cuales les gustaría desempeñarse como protagonista o espectador.

Tabla 1.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Nombre |  | | |
| Aspectos positivos como persona | Aspectos negativos como persona, que generan dificultad a nivel personal y en las relaciones con los  demás | Aspectos en los cuales se está trabajando para mejorar | Actividades que lo hacen feliz y usted les asigna buena parte de su tiempo |
|  |  |  |  |

*Aspectos a Rescatar*

De acuerdo con la respuesta a cada una de las preguntas hechas en la Tabla 1, qué acciones considera usted podría llevar a cabo para ser una persona más feliz, más creativa y emprendedora.

Al finalizar socialice con sus compañeros e instructor en el ambiente de formación, con el propósito de recibir retroalimentación.