





Repasa tus datos. Seguro que hay aspectos de tu carácter que te satisfacen. Quizás haya algunos otros que te gustaría cambiar.

CÉNTRATE EN LO POSITIVO Seguro que hay tantos aspectos positivos en ti que no te caben en esta ficha. Pon solo unos pocos.			

Fíjate ahora en esos trazos "que hay que corregir" y analízalos valiéndote de las fichas siguientes: (para que lo entiendas mejor incluimos algún ejemplo)

NO GENERALICES Anota a la izquierda los trazos que te preocupan. Después piensa: ¿siempre eres o te portas así o solo en determinadas circunstancias?			
ASPECTOS QUE HAI QUE CORREGIR	MOMENTOS EN LOS QUE SOY/ACTÚO ASÍ	MOMENTOS EN LOS QUE NO SOY/ACTÚO ASÍ	
Digo muchas palabrotas	Solo cuando estoy con amigos	En casa, cuando conozco gente nueva, delante de niños pequeños,	



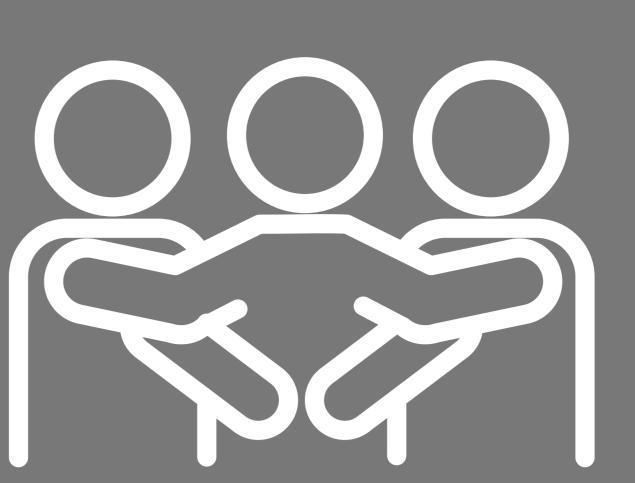








· 따가 > PUEDO MEJORAR? · 응하





¿ERES CONSCIENTE DE TUS ÉXITOS?

María comía las uñas. lago no sabía andar en bici. Alba no se atrevía a hablar con Roberto...Para María, lago y Alba superar eses "problemas" constituyó el mayor éxito de los últimos meses. ¿Cuáles fueron tus mayores éxitos del pasado? ¿Cuáles pretendes conseguir en el futuro?

MIS MAYORES ÉXITOS DEL PASADO FUERON:

DE CARA A LOS PRÓXIMOS MESES QUIERO:

LOS "ERRORES" Y LOS "FRACASOS" SON PARTE DEL APRENDIZAJE lago aprendió a andar en bicicleta, pero tardo dos semanas. ¡Cuántas veces cayó al suelo en ese tiempo! Pero no se rindió. Fíjate en tus éxitos de antes. Anota ahora los errores, los "patinazos", los pequeños fracasos que tuviste que sufrir antes de conseguirlos.

ERRORES / FRACASOS	NO ME RENDÍ PORQUE