

COMUNICADOR SUPERESTRELLA

LIBRO DE TRABAJO 1

EJERCICIO DE AUTORREFLEXIÓN



STRATEGIC
LIFE ACADEMY

EJERCICIO DE AUTORREFLEXIÓN

Antes de continuar con el curso, tómate un par de minutos y escribe 10 cosas que desees cambiar o mejorar respecto a la manera en como tú te comunicas o interactúas con otras personas.

Por ejemplo, ¿Qué tipo de situaciones quisieras cambiar con las nuevas habilidades que vas a obtener aquí? En este ejercicio, intenta encontrar 10 situaciones de tu vida, las cuales pueden beneficiarse, si mejoras tus habilidades para comunicarte.

1)

2)

3)

4)

5)

6)

7)

8)

9)

10)