

Técnicas

1. Bloc de autoevaluación:

¿Cómo soy?

Soy una persona desorganizada e impuntual, pero decido cuando me propongo algo.

¿Qué fortalezas y aspectos a mejorar tengo?

Soy decidido, pero puedo mejorar mi organización.

¿Qué aspectos de mi ser persona deseo mejorar?

Deseo mejorar mi personalidad, deseo ser más amigable.

2. Hoja de plan semanal

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
6:00 am	Despertar	Despertar	Despertar	Despertar	Despertar
7:00am	Ir al pedagógico	Ir al pedagógico	Ir al pedagógico	Ir al pedagógico	Ir al pedagógico
8:00 a 1:00	Clases	Clases	Clases	Clases	Clases
El resto de la tarde	Quehaceres y tareas	Quehaceres y tareas	Quehaceres y tareas	Quehaceres y tareas	Quehaceres y tareas