

Nombre:

Tu frase inspiradora:

MI AUTORETRATO

¿HAS oído hablar de la AUTOESTIMA? Pues se trata de ese valor que por un lado das a tus fortalezas, y por otro, el reconocimiento y aceptación de tus propias debilidades, sin dejarte influenciar o menospreciar por críticas ajenas.

1 

Anota aquellas cosas, situaciones o personas que te motivan (hacen feliz) y desmotivan (hacen infeliz).

2 

Anota un consejo espantoso y un consejo valioso que otras personas te han dado.

3 

Tus 5 mejores cualidades y tus 2 pequeñas debilidades.
Ahora pregunta a un amigo que valora de ti.

4 

Tu listado de cosas por hacer y alcanzar.
Tu listado de posibles obstáculos.

Te atreves a crear una frase que te identifica al 100%

Me gustaría lograr...

Mi mayor miedo es...

Jamás lograré olvidar...

Cosas que te molestan y no soportas (después tachalas)