

OLIVIA.ZO

WORK BOOK

#2

SEMANA II





AFRONTAMIENTO IMAGINARIO

ESCRIBE EN UN PAPEL UNA ESCENA DONDE ESO QUE CREO QUE PUEDE SER LO PEOR QUE PUEDE PASAR, PASA.

IMAGINA QUE TE DICEN ESO QUE CREES QUE PIENSAN. IMAGINA UNA ESCENA DONDE ESO SUCEDE. LEELO EN VOZ ALTA.

QUÉ SENTIS?
DÓNDE LO SENTIS?
CÓMO LO SENTIS?



ANALISIS

VAMOS A ANALIZAR EL CRITERIO DE ESAS PERSONAS.

- 1. REALMENTE TIENE UN VALOR RELEVANTE PARA MI ESO QUE LAS PERSONAS PIENSAN?*
- 2. ESAS PERSONAS CONSTRUYERON LA VIDA QUE QUIERO? VIVEN COMO YO QUISIERA VIVIR?*
- 3. ME INSPIRAN INTELECTUALMENTE?*



PERSONA POR PERSONA.

TE VAS A RESPONDER ESTAS PREGUNTAS POR CADA PERSONA QUE NOMBRASTE ANTERIORMENTE.

..... (NOMBRE DE LA PERSONA)

1. **ESTA PERSONA, CUANTO ME INSPIRA INTELLECTUALMENTE?. DEL 1 AL 10**
2. **CUAN CERCA ESTÁ DE LA VIDA QUE QUIERO CONSTRUIR O VIVIR PARA MI?. DEL 1 AL 10**
3. **VIVE LA REALIDAD FINANCIERA QUE ME GUSTARÍA TENER?. DEL 1 AL 10**
4. **VIVE LA REALIDAD VINCULAR QUE ME GUSTARÍA VIVIR?. DEL 1 AL 10**