



Haz una lista de, por lo menos, 5 cualidades positivas de ti, pueden ser (corporales, de tu carácter, mentales, culturales, en el terreno de las relaciones personales, como miembro de una familia o un grupo, habilidades, destrezas,) y 5 logros positivos en tu vida. Si no llegas a 5, lee la guía de ejemplos:

## GUÍA DE EJEMPLOS

|                          |                             |                                |
|--------------------------|-----------------------------|--------------------------------|
| Determinación            | Capacidad de hacer amigos   | Entusiasmo                     |
| Perseverancia            | Simpatía                    | Valentía                       |
| Dinamismo                | Confianza en sí mismo / a   | Cortesía                       |
| Capacidad de observación | Fuerza de voluntad          | Paciencia                      |
| Previsor / a             | Sensibilidad                | Capacidad de disfrute          |
| Comunicativo             | Sentido del humor           | Comprensivo / a                |
| Fiable                   | Alegre                      | Responsable                    |
| Capacidad de escucha     | Expresivo / a               | Animoso / a                    |
| Organizado               | Buena voz                   | Capacidad de concentración     |
| Iniciativa               | Ecuánime                    | Generosidad                    |
| Cordialidad              | Franqueza                   | Adaptable                      |
| Auténtico / a            | Honesto                     | Abierto / a                    |
| Afectuoso / a            | Trabajador / a              | Persistente                    |
| Independiente            | Creativo / a                | Original                       |
| Solidario / a            | Marcar un gol               | Conseguir ligar                |
| Mantener un secreto      | Conseguir hablar en público | Escribir sin faltas            |
| Leer bien                | Resolver un problema        | Aprenderme una lección         |
| Habilidades manuales     | Controlar mis impulsos      | Cantar                         |
| Bailar                   | Meter una canasta           | Ayudar a otros                 |
| Ojos grandes             | Tengo fé                    | Pensamiento lógico             |
| Capacidad para intimar   | Escribir poesías            | ... y todo lo que se te ocurra |

| TUS CUALIDADES | LOGROS DE TU VIDA |
|----------------|-------------------|
|                |                   |
|                |                   |
|                |                   |
|                |                   |
|                |                   |