



Ejercicio: dos historias

Tómese 10 minutos para reflexionar sobre ambos, una situación en la que sintió que fracasó y otra en la que sintió que tuvo éxito.

Escriba la historia de estas situaciones con el mayor detalle posible: ¿Cuál era su objetivo? ¿Cómo se desarrolló la situación? ¿Qué hiciste específicamente? ¿Cuál fue el factor más influyente en (no) tener éxito? ¿Cómo te cambió la experiencia para mejor? ¿Qué efecto a largo plazo tuvo?

Mi historia de fracaso

Mi historia de éxito