Ejercicio no. 1

Para el estudiante.Instrucción: Responder de manera individual y/o binas las preguntas de reflexión siguientes.

Posteriormente participa en la discusión grupal que establezca el profesor tutor.

María Guadalupe Salazar Martínez

Preguntas generadoras de reflexión: **1. ¿Cuáles son mis principios de vida?, ¿en qué creo?**

* **Disciplina:**seguir las reglas ser responsable y educada,
* **Puntualidad:** Ser puntual en mi trabajo, cumplir con las cosas que me piden y a la hora y fecha que me lo piden.
* **Lealtad:**Ser leal y cumplir con mi palabra.
* **Integridad:**ser una persona honesta y sincera con las demás personas para ganarme su respeto.
* **Solidaridad:**seré amable.

**2. ¿Qué tan convencido estoy de mis valores? y ¿cuáles son?**

Estoy muy convencida ya que es algo que me inculcaron desde pequeña principalmente mis padres y también la escuela.

* **Honestidad:**Ser honesta con las personas decir siempre la verdad.
* **Respeto:** Respetar a las personas mayores, a mis padres, y a todos los que me rodean.
* **Responsabilidad:** Cumplir con todos mis compromisos.
* **Solidaria:** Ayudar a las personas.
* **Humildad:**
* **Empatía.**

**3. ¿Qué es lo que me da fuerza para continuar adelante en momentos de incertidumbre y adversidad?**

Mi familia.

Pensar positivo.

Meditar.

No lo tomarlo muy personal.

**4. ¿Cómo enfrento mis derrotas, mis decepciones mis errores?**

* **Reconozco el error** busco por qué y cómo lo cometí, para poder aprender del él.
* Tomo una actitud positiva, a pesar de el problema tenga estar bien mentalmente bien.
* Trato de enfrentarlos por más difícil que sean.

**5. ¿Qué es lo que hace que yo no me dé por vencido?**

Nunca me doy por vencida solo porque me equivoque un par de veces o muchas veces en lugar de frustrarme, veo la razón para dale un giro.

Siempre pienso que mañana será otro día y puedo logarlo, aparte que cuanto con el apoyo de mi familia y eso me hace más fuete.

**Frase que me gusta:** “Un error es una oportunidad de cambio.”

**6. ¿Qué me mantiene motivado (a) y entusiasmado (a) para estudiar?**

Establecerme metas pequeñas.

Positividad siempre.

Elimina el “no puedo.”

**7. ¿Qué tan buena es mi relación con las personas a mi alrededor?**

Es muy buena, soy amigable, empática

**8. ¿Cuáles son los eventos en mi vida que me han hecho cambiar?**

Uno evento de mi vida fue cuando mi madrina supero el cáncer yo la amo mucho, pues para mi es como mi segunda madre, eso me ayudó a valorar más a las personas mientras están vivas y aprovechar del tiempo que puedes pasar con ellas.

También otro evento fue la muerte de mi perro, fue muy doloroso para mí, sin dudad los animales son muy especiales y te cambian la forma de ver las cosas.

**9. ¿Quiénes han influido en la formación de mi carácter?**

Mi familia, primero que nada, y también todas las personas que me rodean.

**10. ¿Cómo me siento actualmente con mi manera de ser?**

Estoy contenta con mi manera de ser, hay cosas que realmente sí que quiero mejorar, **pero soy feliz y pienso luchar y trabajar duro para que siga siendo así, aunque a veces no lo este, trato de ser positiva y pensar en una motivación.**