

FICHA DE REFLEXIÓN

Todas las personas cometemos errores, el problema no está en el error mismo, sino en las causas que lo provocaron y en las actitudes negativas que trae como consecuencia. Por tanto, para salir del error tenemos que reflexionar, autoobservarnos, y conocer las causas que nos han llevado a tal actitud o acción.

1. CUENTA QUÉ PASO

2. ¿ CUÁL HA SIDO LA CAUSA DEL PROBLEMA?

3. ¿ POR QUÉ LO HICE?

4. ¿ CÓMO ME SIENTO AHORA?

5. ¿ QUÉ CONSECUENCIAS ME HA TRAÍDO O PUEDE TRAERME?

6. ¿ QUÉ PODRÍA HABER HECHO PARA EVITAR ESTA SITUACIÓN?

7. ¿ QUÉ PUEDO HACER AHORA PARA RESOLVER ESTA SITUACIÓN?

8. ¿ ME SIENTO RESPONSABLE DE LO QUE HA PASADO?
