

Brújula de valores

Imagina que eres una brújula.

Tú no decides qué obstáculos habrá en el camino (estrés, personas difíciles, dudas...), pero sí puedes decidir hacia dónde quieres caminar. Una brújula no marca metas (como "aprobar el examen"), sino direcciones: maneras de vivir, formas de ser que te importan.

Estudios/Vocación

¿Qué tipo de persona quieres ser aquí? ¿Qué te importa realmente?

Relaciones familiares

¿Qué tipo de persona quieres ser aquí? ¿Qué te importa realmente?

Amistades/Apoyo

*¿Qué tipo de persona quieres ser aquí?
¿Qué te importa realmente?*

Autocuidado

*¿Qué tipo de persona quieres ser
aquí? ¿Qué te importa realmente?*

Crecimiento personal

*¿Qué tipo de persona quieres ser aquí? ¿Qué te importa
realmente?*

Sara Perea
psicóloga