

# SEM 01

## Empatía

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica la empatía en mi vida?

-----  
-----

# SEM 02

## Paciencia

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica la paciencia en mi vida?

-----  
-----

# SEM 03

## Compromiso

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica el compromiso en mi vida?

-----  
-----

# SEM 04

## Amor

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

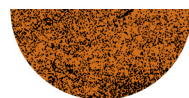
.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica el amor en mi vida?

-----  
-----



# SEM 05

## Vulnerabilidad

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

.....  
.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica la vulnerabilidad en mi vida?

-----  
-----

# SEM 06

## Confianza

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

.....  
.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica la confianza en mi vida?

-----  
-----

# SEM 07

## Compasión

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

.....  
.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica la compasión en mi vida?

-----  
-----

# SEM 08

## Resiliencia

¿Cómo lo voy a lograr  
conmigo mism@?

.....  
.....  
.....  
.....

¿Cómo lo voy a lograr  
en mis vínculos?

.....  
.....  
.....  
.....

**Conclusiones** ¿Qué me llevo al poner en práctica la resiliencia en mi vida?

-----  
-----

