

## SOL EMOCIONAL

Piensa de situación actual que es lo que más te gusta.. ¿Que sientes?

Recuerda de tu biografía el mejor momento o etapa de tu vida.. ¿Que sentías?

Imaginar un cuento corto: un@ héroe@ del futuro, en una situación, hay una dificultad y luego una la solución y un desenlace feliz...

Que siente héroe@ en la solución ?

ALEGRIA, OPTIMISMO, FUERZA,  
COMUNIÓN, CONFIANZA, PLENITUD, PAZ,  
SEGURIDAD, FE, PROTECCIÓN, SENTIDO,  
RECONCILIACIÓN, CERTEZA, ESPERANZA,  
SATISFACCIÓN, ILUSIÓN, INSPIRACION  
AGRADECIMIENTO, LIBERTAD

## ATRIBUTOS INNATOS

Cuando se presenta una situación de mucho interés para ti,

¿Que atributos se te salen espontáneamente?

BONDAD, ASTUCIA, SABIDURÍA, SALUD,  
BELLEZA, SEGURIDAD, AGILIDAD,  
SINCERIDAD, HONESTIDAD, OTR@?:

## ACTITUDES FACILITADORAS

En los ambientes que más te interesan, donde actúas...

¿Que actitud te facilita todo?

ANIMADOR@, PROACTIV@, ACTIV@,  
CAUTELOS@, PACIENTE, LIDER@,  
CONSEJER@, SEREN@, OBSERVADOR@,  
ACOMPAÑANTE, SEGUR@, SEDUCTOR@,  
AMABLE, PERSUASIV@, COMPLACIENTE,  
AMOROS@, GENEROS@, OTR@?:

## AUTOCONOCIMIENTO

# EXPRESO



iAM Express 1.0

La forma mas rápida y fácil de descubrir dentro de ti:

Quien eres, Que tienes y Que puedes dar, para ver la vida mas posibilitaria y sobre todo mas solidaria.

JUEGA AUTOCONOCIMIENTO ONLINE:

<https://iam.silopark.online>

## CADENAS EMOCIONALES

Piensa de situación actual que es lo que menos te gusta.. ¿Que sientes?

Recuerda de tu biografía el peor momento o etapa de tu vida.. ¿Que sentías?

Que siente héroe@ en la dificultad ?

TRISTEZA, DESCONFIANZA, INSEGURIDAD,  
PESIMISMO, DECEPCIÓN, DESILUCIÓN,  
DESESPERACIÓN, INSATISFACCIÓN, TEMOR,  
RESENTIMIENTO, AUTOCOMPAIÓN,  
VERGÜENZA, DESAMPARO, CULPA,  
SOLEDAD

## ACTITUDES CONFLICTIVAS

En los ambientes que más te interesan, donde actúas...

¿Que actitud te trae mas conflictos?

DESPÓTIC@, EXIGENTE, ENÉRGIC@,  
VÍCTIM@, ALEJAD@, MORDAZ, CRITICON@,  
SUMIS@, MENTIROSO@, ENVIDIOS@,  
SABOTEADOR@, INGENU@, VIOLENT@,  
TORTURADOR@, CHISMOS@, OTR@?:

## VALORES EN LOS AMBITOS

¿A que le das alto valor en tus ambientes mas importantes?

SABER, RECONOCIMIENTO, FAMILIA,  
DINERO, SEXO, AMISTAD, ARTE, TRABAJO,  
COMUNIDAD, ESPIRITUALIDAD, OTR@?:

TU RESUMEN:

