

2. Conserva la calma.

1) Escribe en un Minuto

- ¿Qué has descubierto con este vídeo?
- ¿Cómo lo vas a aplicar a nivel personal?

2) Identifica 3 consecuencias que vive por el endeudamiento

(Pueden ser físicas, emocionales o espirituales)

- 1.
- 2.
- 3.

3) Escribe 5 acciones que te ayudarán a protegerte, puedes comenzar buscando pensamientos o palabras negativas que tienes hacia ti.

Ejemplo: Cambio “no puedo” por “soy capaz”

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.