



MI DIARIO...

MI VIDA...

**MI PROYECTO
DE VIDA**

Pertenece a:

Porque soy joven y aún tengo
mucho por hacer.

Año _____

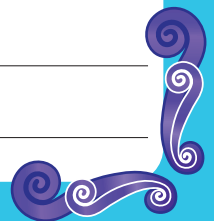


Mi Situación:

Mis Fortalezas:

Mis Debilidades:

En mi vida he tenido que tomar decisiones muy significativas, entre ellas:



Autobiografía

Dibujo a las personas que han tenido mayor influencia en mi vida:



Cosas que me han gustado hacer desde niña:





Quiero recordar cuáles han sido mis principales éxitos y fracasos, porque de ellos he aprendido mucho.

Mis éxitos

Mis fracasos

¿Que aprendí de ellos?



Rasgos de mi personalidad

Cuando me veo en el espejo, ¿Cómo me siento con mi cuerpo y mi cara?, ¿Qué me gusta y qué no?

Cómo me siento en mis relaciones con los y las demás:





Con mi Familia:

Con mis Amigos y Amigas:

En mi vida Espiritual:

En mi vida Emocional:



¿Quién Soy?




Voy a escribir 3 cosas que me gusta hacer:

1. _____
2. _____
3. _____

Voy a escribir 3 cosas que no me gusta hacer:

1. _____
2. _____
3. _____

Es posible que yo pueda buscar un futuro mejor para mí y mi hijo/a (hijos/as).

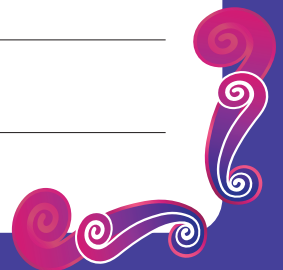




¿Qué cosas o personas pueden facilitar mi desarrollo?

¿Qué cosas o personas pueden limitar mi desarrollo?

¿Es posible que yo pueda proponer metas y lograrlas?



Buscando el cambio

Estos son mis sueños:

¿Cómo puedo lograrlos?

Estas son las personas o cosas que me pueden ayudar a lograr mis sueños:



Quiero ver la vida de colores como el Arco Iris, no quiero ver la vida en blanco y negro o colores grises, pero ahora entiendo que todo depende de mi, yo soy el motor de mis sueños.



www.cen-cinai.go.cr
Tel: 2257-6648

“La información de este documento forma parte del Manual Adolescentes Madres, elaborado por la Dirección Nacional de CEN-CINAI, Región Huetar Norte, con fondos de la Cooperación Española del Proyecto Zona Norte, 2012, el cual fue diagramado con apoyo financiero del proyecto Salud Mesoamérica 2015, para uso en los CEN-CINAI”.