Ejercicio

Piense en una persona en su trabajo que realmente no le agrade. Ahora imagine que esta persona se acerca con una caja de chocolate el día de su cumpleaños.
¿Cuáles son los pensamientos y sentimientos que surgen?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Ahora imagine esta misma situación con una persona en su trabajo en la que confía y goza de su agrado. ¿Escriba sus pensamientos y sentimientos?

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____