

Cuestionario de los “Posibles Yo” ¿Quién soy? ¿Quién quiero ser?

Edad: _____ Género: _____ Grado escolar: _____

¿Quién serás el próximo año? Todos tenemos una imagen de lo que nos gustaría ser y qué queremos evitar en el futuro. Piensa en el próximo año, imagina cómo serías y qué estarás haciendo el próximo año.

- **Cuadro 1:** En el espacio de abajo, escribe cómo esperas ser el próximo año (propósitos).
- **Cuadro 2:** Al lado de cada propósito, marca con “X” en el SÍ si actualmente estás haciendo algo para alcanzarlo, o en el NO si actualmente no estás haciendo nada para alcanzarlo.
- **Cuadro 3:** Para cada SÍ, utiliza el espacio del Cuadro 3 para escribir lo que estás haciendo en este año para alcanzar ese propósito.

Cuadro 1 El próximo año, espero ser:	Cuadro 2 Estoy haciendo algo para ser así		Cuadro 3 Si es así, ¿qué estoy haciendo ahora, para ser así el siguiente año?
	NO	SI	
1. _____ _____			1. _____ _____ –
2.. _____ _____			2. _____ _____ –
3. _____ _____			3. _____ _____ –

4. _____ _____			4. _____ _____ —
-------------------	--	--	------------------------

Ahora, piensa por un minuto en quién **no** te gustaría ser el próximo año -- aspectos que te preocupan o que quieres evitar ser.

- **Cuadro 1:** Escribe en el Cuadro 1 lo que no te gustaría ser el próximo año.
- **Cuadro 2:** Al lado de cada frase, marca con “X” en el SÍ, si actualmente sí estás haciendo algo para que ésto no ocurra el próximo año, o en el NO, si actualmente no estás haciendo nada para evitarlo.
- **Cuadro 3:** Para cada SÍ del Cuadro 2, escribe en el Cuadro 3 qué estás haciendo este año para evitar lo que no te gustaría ser el próximo año.

Cuadro 1 El próximo año, quiero evitar:	Cuadro 2 Estoy haciendo algo para evitar esto		Cuadro 3 Si es así, ¿qué estoy haciendo ahora, para evitar ser así el próximo año?
	NO	SI	
1. _____ _____			1. _____ _____
2. _____ _____			2. _____ _____
3. _____ _____			3. _____ _____

4. _____ _____			4. _____ _____
-------------------	--	--	-------------------