

Practicar la Auto-conversación Positiva

El Evento	Autoconversación Despectiva	Autoconversación Positiva
Es el año nuevo. Acabas de empezar la escuela superior. Muy pocos de tus conocidos están en tu clase. Ninguno de tus amigos íntimos la misma hora de comer que tú. La escuela superior te parece un lugar solitario, sin amigos, un sitio donde no perteneces.		
Tienes que hacer un proyecto para la feria de ciencias, pero nunca has hecho uno antes. Parece que algunos de tus compañeros ya saben qué hacer porque hicieron ferias de ciencias en su antigua escuela.		
Tu clase de Inglés de primer año requiere escribir mucho cada semana. Pero, tú nunca has recibido clases para enseñarte a escribir. Te cuesta decidir sobre qué escribir y cómo transmitir mejor tus ideas con palabras.		

