

Rellena estas preguntas tipo test haciendo una X en tu respuesta.

SOBRIEDAD

Cuidar los medios materiales propios y ajenos.

1. ¿Tengo ordenada mi habitación?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

2. ¿Doblo la ropa antes de acostarme?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

3. ¿Suelo ir con la ropa y los zapatos limpios?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

4. ¿Pinto con bolígrafo los libros del colegio?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

5. ¿He acabado alguna vez un bolígrafo o los pierdo antes de terminarlos?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

6. ¿Cuido las cosas que no son mías: juegos de mis hermanos, del club, etc.?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

Ahora tienes que escribir aquí un pequeño propósito para mejorar en alguna de estas 6 preguntas durante este trimestre:

--

GENEROSIDAD

Tener detalles de servicio con los demás.

1. ¿Tengo una lista de detalles de servicio a los demás?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

2. ¿Repaso todos los días esa lista?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

3. ¿Me concreto algún detalle de esa lista para vivirlo cada día?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

4. ¿Me doy cuenta de que el mejor detalle de servicio es siempre una buena sonrisa?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO

5. ¿Hago detalles de servicio a los que me caen bien y a los que no me caen tan bien?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

6. ¿He sabido renunciar a algo que me gusta para hacer lo que mis amigos quieren?

<input type="checkbox"/>	SÍ
<input type="checkbox"/>	NO
<input type="checkbox"/>	A veces

Ahora tienes que escribir aquí un pequeño propósito para mejorar en alguna de estas 6 preguntas durante este trimestre:

--

OPTIMISMO

Felicitar en los éxitos y acompañar en los fracasos.

1. ¿Felicito a mis amigos, compañeros, hermanos por las cosas que hacen bien?

	Siempre
	Muchas veces
	Pocas veces
	Nunca

2. ¿Doy las gracias?

	Siempre
	Muchas veces
	Pocas veces
	Nunca

3. Cuando algo ha salido mal, en mi casa, con mis amigos, en el club ¿ánimo y me ofrezco a solucionarlo?

	Siempre
	Muchas veces
	Pocas veces
	Nunca

4. ¿Procuro animar, con buen humor y alegría, a los que veo que tienen cara triste o de enfado?

	Siempre
	Muchas veces
	Pocas veces
	Nunca

5. ¿Me río de mis propios fallos cuando me salen mal las cosas?

	Siempre
	Muchas veces
	Pocas veces
	Nunca

Ahora tienes que escribir aquí un pequeño propósito para mejorar en alguna de estas 5 preguntas durante este trimestre:

--

MEJORA PERSONAL

Cumplir los planes personales de mejora.

1. ¿Me esfuerzo por cumplir los objetivos que me propongo?

	SÍ
	NO

2. ¿Me olvido con frecuencia de los objetivos que me he propuesto?

	SÍ
	NO

3. ¿Tengo un momento al día dedicado a repasar mis objetivos de mejora personal?

	SÍ
	NO

4. ¿Hablo con regularidad con el coach para concretar los objetivos de mejora personal?

	Siempre
	Muchas veces
	Pocas veces
	Nunca

5. ¿Me desanimo cuando compruebo que tengo muchas cosas en las que mejorar?

	SÍ
	NO

6. ¿Cómo me considero?

	Un "crak", una máquina, todo lo hago bien
	Puedo mejorar, pero casi soy perfecto
	Tengo mucho que mejorar
	Soy un verdadero desastre, pero puedo ir mejorando poco a poco
	Soy un desastre y no hay nada que hacer. No tengo arreglo

Ahora tienes que escribir aquí un pequeño propósito para mejorar en alguna de estas 6 preguntas durante este trimestre:

--

ESTUDIO.

Aprovechamiento de las clases.

1. ¿Suelo no llevar hechos los deberes a clase?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

2. ¿Me distraigo con facilidad?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

3. ¿Necesito que mis padres me expliquen lo que he dado en el colegio?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

4. ¿Pido a alguien que me pregunte la lección?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

5. ¿Estudio los temas de memoria?

<input type="checkbox"/>	Siempre
<input type="checkbox"/>	Muchas veces
<input type="checkbox"/>	Pocas veces
<input type="checkbox"/>	Nunca

Ahora tienes que escribir aquí un pequeño propósito para mejorar en alguna de estas 5 preguntas durante este trimestre:

--