

¡Consejos de
TD!

Conciencia de Sí Mismo



¿Qué puedo hacer?

1. Haz una lista de las características que tienes que te hacen sentir orgulloso de ti mismo.
2. Habla con tus familiares y amigos y pregúntales cómo te describirían.
3. Identifique áreas en la escuela, el trabajo o en la comunidad en las que te sientes seguro.
4. Haz una lista de las cosas que te interesan o te dan alegría.
5. ¡Reúnete con tu equipo de transición y comparte más sobre ti mismo!

¡Consejo Profesional!

¡Agrega imágenes y gráficos para que sea divertido compartir sobre ti mismo con tu equipo de transición!

¿Qué tal un desafío definitivo?

¡Practica compartir el póster ACERCA DE TI con tu familia y amigos para que te sientas más cómodo y confiado al compartir con tu equipo de transición!

