



FORTIUS

Contra aburrimiento... movimiento

Autorregistro de Relaciones Interpersonales: Emisor

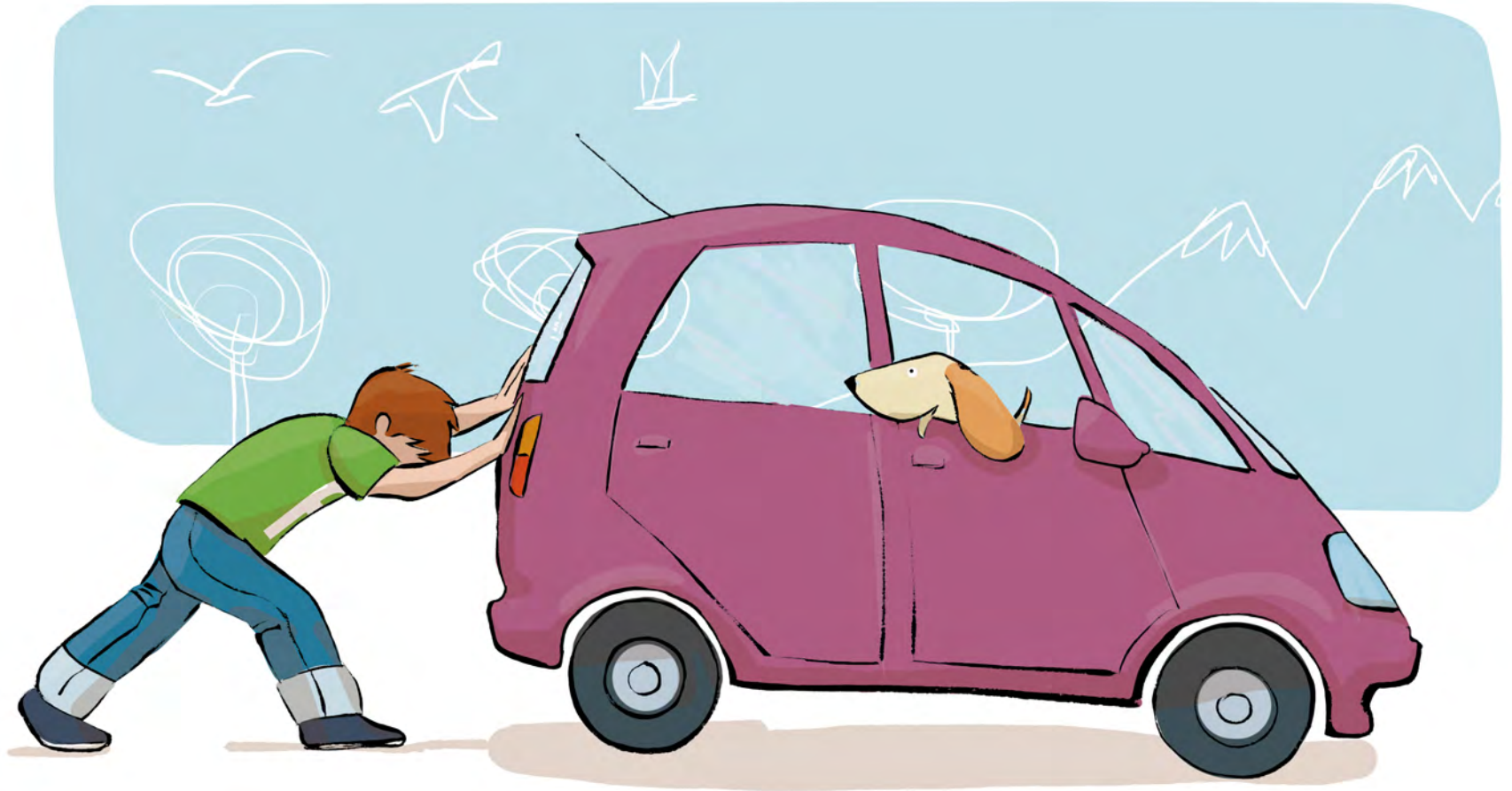
Sesión 7

Nombre: _____

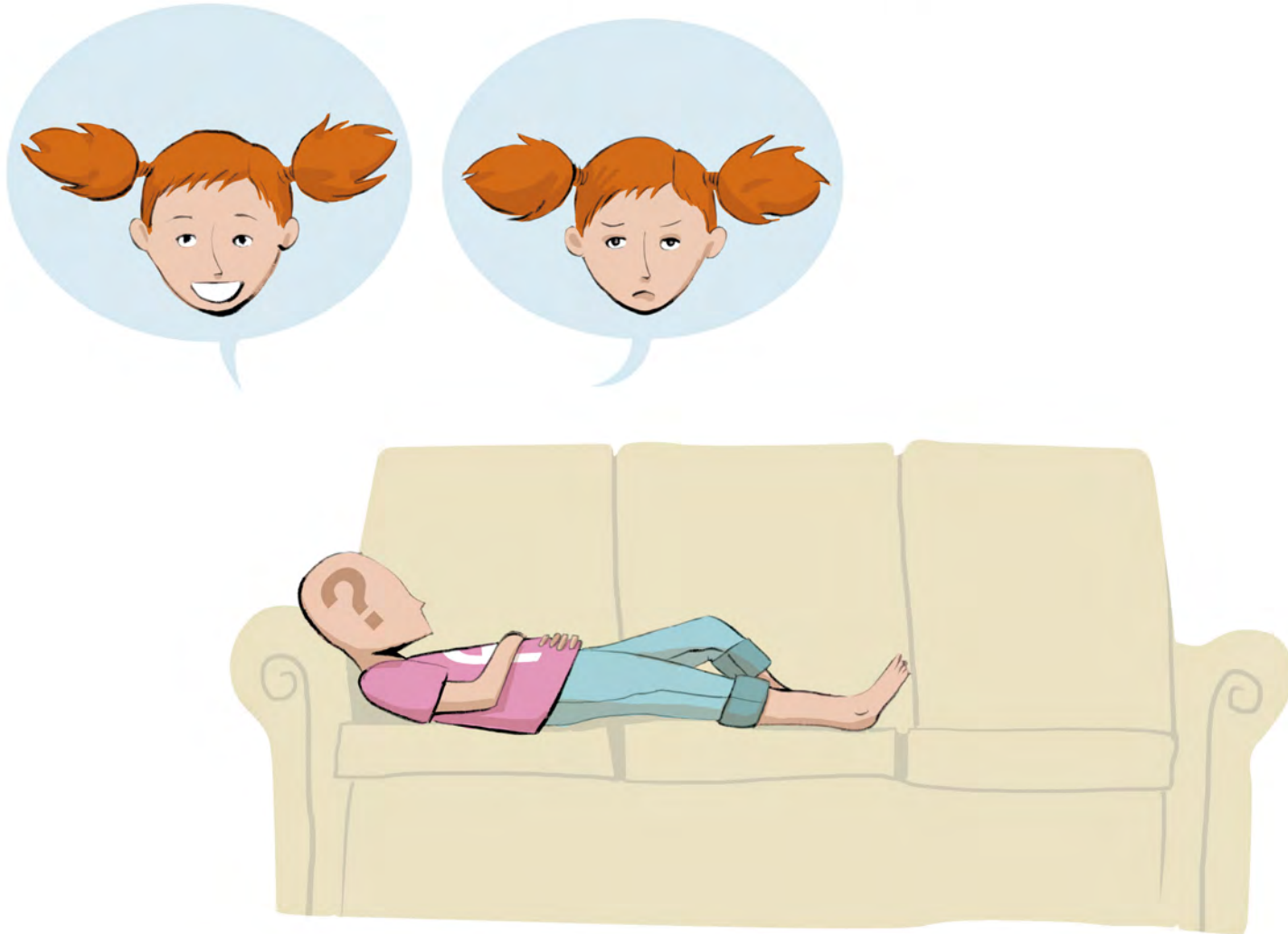
SITUACIÓN	FRASE POSITIVA	RESPUESTA DEL AMIGO
<i>Pepe me defendió en el grupo</i>	<i>Gracias, Pepe. Eres un buen amigo</i>	<i>Los amigos están para apoyarse</i>
Comentarios (si necesitas más espacio, utiliza otra hoja)		

PRIMERO LA OBLIGACIÓN, DESPUÉS LA DIVERSIÓN





¿ME DIVIERTO O ME ABURRO?



ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

ÚTILES



SOCIALES



FÍSICAS



DIVERTIDAS



CONSTANCIA, ESFUERZO, TRABAJO



Autorregistro de Actividades de Tiempo Libre

Sesión 8

Nombre: _____

ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE	L	M	X	J	V	S	D
ÚTILES							
1.							
2.							
3.							
4.							
5.							
SOCIALES							
6.							
7.							
8.							
9.							
10.							
FÍSICAS							
11.							
12.							
13.							
14.							
15.							
DIVERTIDAS							
16.							
17.							
18.							
19.							
20.							
TOTAL DE ACTIVIDADES DEL DÍA							
VALORACIÓN GLOBAL DEL DÍA							
0 = nada feliz 5 = feliz 10 = muy feliz							
Comentarios (si necesitas más espacio, utiliza otra hoja)							



FORTIUS

Contra aburrimiento... movimiento