

M A S C A R A

FAMILIA

1 FORTALEZA

- Tengo que ser fuerte ante mis hijos por las adversidades vividas, aunque por dentro me quiebro.

2 COMPRENSION

- Debo ser comprensiva con lo que hagan o digan porque es lo que esperan de mi mis hijos.

3 PROTECTORA

- Evito a toda costa que se pongan en riesgo trato de prevenirlos contra el peligro y las personas malas

DE QUE ME DOY CUENTA?
De que somos vulnerables, de que coincidimos en algunas situaciones y que al hablar con otra persona nos ayuda a liberar la carga, la emoción, el estrés, lo guardado.

COMO ME SIENTO. liberada, tranquila, optimista.

A QUE ME INVITAS. - A seguir echándole ganas, a no guardar lo que nos hace daño, a confiar, a compartir y a vivir.

TRABAJO

1 EMPATICA

- Me pongo en el lugar de los otros para entender su proceder y para ayudarlos en todo momento

2 SOLIDARIDAD

- Trato de ayudar en la medida de lo posible al otro aunque eso me cause un efecto por creer que es favoritismo

4 TOLERANCIA

- Soy tolerante con mis compañeras a pesar que lo que hacen no tiene fundamento o lógica.
- En ocasiones me sacan de mis casillas

ALICIA PAREDES SANCHEZ