

## Tema 17: Identificando los contextos desarrolladores

**Instrucciones:** Para dar seguimiento a la característica que deseas integrar a tu personalidad responde y registra en cada uno de los apartados la información correspondiente.

### CARACTERÍSTICA A TRABAJAR



Herida emocional que me recuerda este proceso:

- ABANDONO
- RECHAZO
- HUMILLACIÓN
- TRAICIÓN
- INJUSTICIA

Los mecanismos de defensa o máscaras que me activa este proceso:

- DEPENDENCIA
- HUIDA
- MASOQUISMO
- CONTROL
- RIGIDEZ

Las referencias de mi contexto que no me aportan son :

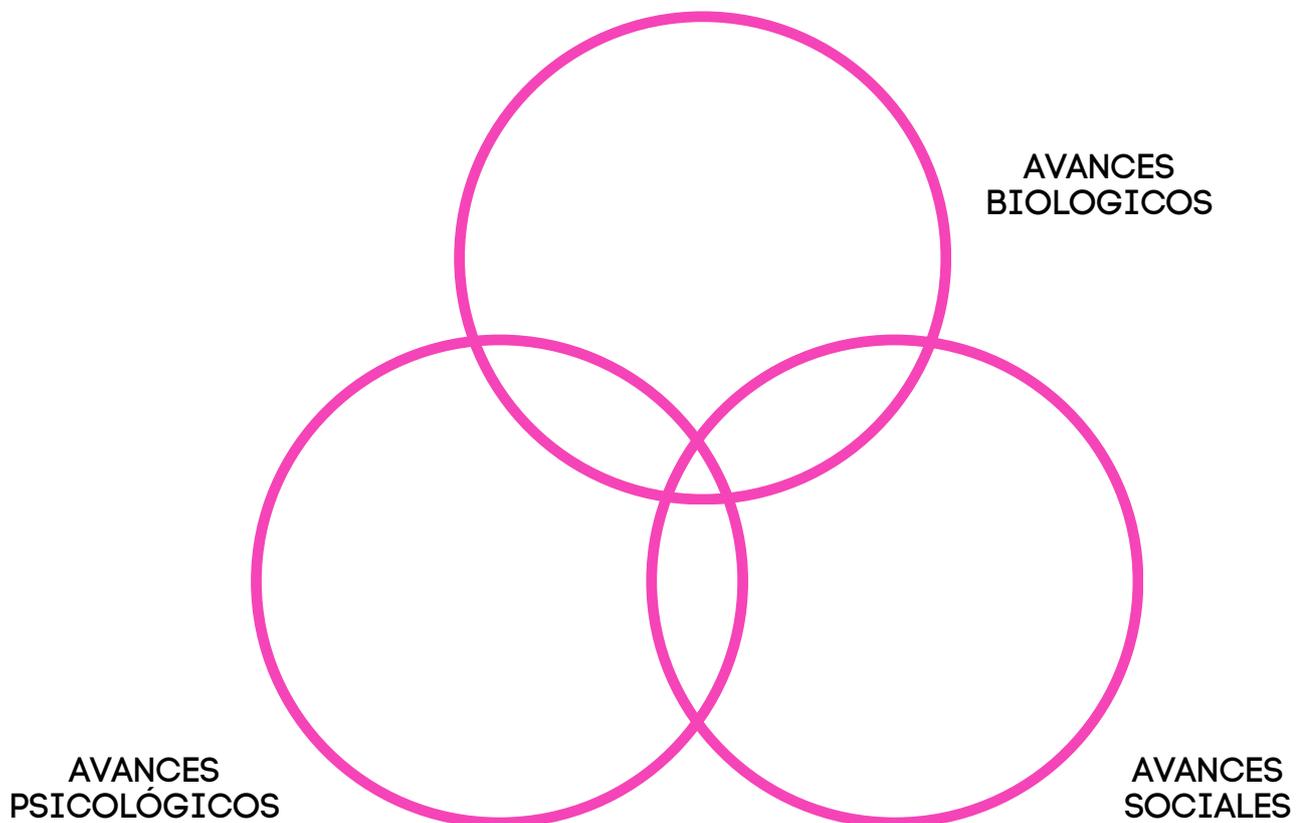
El uso patológico de esta característica es :



Lo que hago cuando siento  
incertidumbre es:

Cuando siento resistencia al  
cambio yo:

Los avances que he tenido al integrar esta característica a mi personalidad  
son:



El uso patológico de esta característica es:



## MI META

(El integrar esta característica me acerca a lograr)

## REGISTRO DE SEGUIMIENTO:

DÍA

- ①
- ②
- ③
- ④
- ⑤
- ⑥
- ⑦
- ⑧
- ⑨
- ⑩
- ⑪
- ⑫
- ⑬
- ⑭
- ⑮
- ⑯
- ⑰
- ⑱
- ⑲
- ⑳
- ㉑

\*Sugerencia: Trabaja la característica por al menos 21 días consecutivos.

