

Auto evaluación: ¿Fomentar más cercanía o más distancia?

Puedes retomar el mapa del ejercicio inicial.
O simplemente reflexionar a partir de tu vivencia.

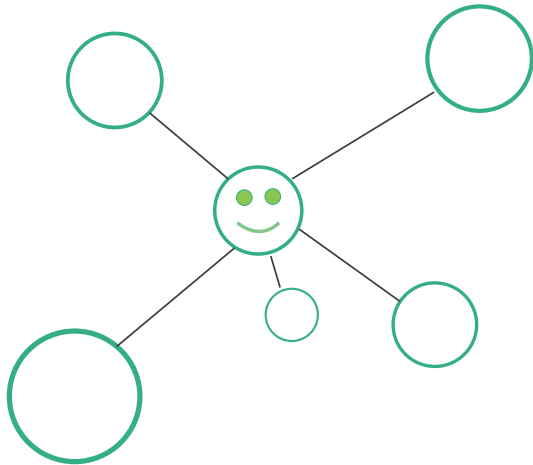
Paso 1: Reflexión

- ¿En qué situaciones necesitas más distancia?
- ¿En qué situaciones quieres permitir y fomentar más la cercanía?
- ¿Con quién quieres desarrollar más distancia?
- ¿Con quién quieres desarrollar más cercanía?

Paso 2: Acción

- ¿Qué quieres hacer concretamente para organizar y hacer crecer tus redes con más cercanía o más distancia?

Por ejemplo, hablar con ciertas personas regularmente por teléfono y conocerlas en persona, unirse a una asociación y participar activamente, evitar salir con ciertas personas en el futuro...



Fuente:
Heller, Jutta. 2013. Gräfe und Unzer Verlag GmbH. Múnich. p 121
Traducido por Rita Muckenhirn. 28.06.2023

Espacio para tus notas....