



GUÍA 1: DIFERENCIANDO CREENCIAS FAMILIARES

Creencia 1		Creencia 2	
¿Quién lo dice?		¿Quién lo dice?	
¿Quién lo cree?		¿Quién lo cree?	
¿Cómo me impacta emocionalmente?		¿Cómo me impacta emocionalmente?	
Cuestionarlo: ¿Me hace sentido?		Cuestionarlo ¿Me hace sentido?	
¿Cómo sonaría más a mí?		¿Cómo sonaría más a mí?	