

ACTIVIDAD 4: ¡Piensa como un GANADOR o GANADORA!

Tiempo estimado: 30 - 60 minutos

Materiales: ordenador portátil, proyector, copias IMPRESAS del folleto de la página 28

1. Muestra el videoclip de YouTube:

TÍTULO: *Teaching Positive Thinking*

DESCRIPCIÓN: Una niña se arenga a sí misma ante el espejo, dándose energía positiva (video de humor)

TIEMPO: 1,29

IDIOMA: Inglés

ENLACE: goo.gl/XiYkH8

2. Presenta el Perfil de Actitud Positiva si aún no se ha utilizado.
3. Inicia una discusión sobre la actitud positiva y ganadores/perdedores.
4. Para enfatizar la importancia del pensamiento positivo o de la actitud positiva, reparte la hoja A4 que figura debajo: *¡Piensa como un ganador!* (p.28)

TRABAJO EN GRUPO

5. Haz que los participantes lean la hoja y anímales a discutirla en grupos pequeños.
6. Cada participante debería reflexionar y redactar algunas notas sobre lo siguiente:
 - ¿Tengo una actitud positiva?
 - ¿Han existido situaciones en las que el pensamiento positivo me ha ayudado?
 - ¿Cómo puedo trabajar en la mejora de mi actitud positiva en los próximos meses?
 - ¿Cuál es mi diálogo interno habitual?
 - ¿Cuál es mi discurso motivador cuando me miro al espejo?

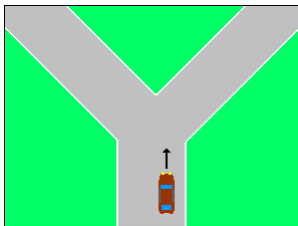
REFLEXIÓN

7. Discute con el grupo los efectos positivos del pensamiento positivo y de la actitud positiva.
8. Anima a los participantes a anotar ideas y reflexiones en su lista de trucos ...

Piensa como un... GANADOR o GANADORA!

Los ganadores son personas que consiguen lo que pretenden porque recuerdan estas reglas del éxito

¿Cuáles son mis puntos fuertes?
(¿y cómo los demuestro?)



Se producirán errores interesantes.
(No tengas miedo de ellos y aprende de ellos)

¡Sin esfuerzo no hay resultados!
(Nadie consigue algo importante sin trabajo duro y autodisciplina.)



No te rindas nunca (bueno, casi nunca).
(Ver los obstáculos como problemas a resolver)

La ética y la honestidad deben ser la norma
(si no, no merece la pena).



A veces es necesario asumir riesgos
(pero piensa antes en ello, y prepárate)

