



Experiencias de vida pasadas

¿Qué me ha ayudado a ENTENDER los problemas y mis opciones?

¿Qué me ha ayudado a COMUNICAR mis preferencias, elecciones y decisiones?

¿Qué me ha ayudado a SEGUIR ADELANTE con mis elecciones y decisiones?

¿Cuáles fueron las barreras que en el pasado hicieron difícil para mi entender, comunicar o seguir adelante con mis elecciones y decisiones?

Avanzando

¿Qué necesito para ayudarme a ENTENDER los problemas y mis opciones?

¿Qué necesito ahora para ayudarme a COMUNICAR mis preferencias, elecciones y decisiones?

¿Qué necesito para ayudarme a SEGUIR ADELANTE con mis elecciones y decisiones?

¿Qué necesita suceder para evitar las barreras que hacen difícil para mi entender, comunicar o seguir adelante con mis elecciones y decisiones?

Visión de lo que quiero

¿Qué decisiones y elecciones quiero tomar yo mismo o con ayuda de las personas que me apoyan?

Mi visión de una buena vida

Lo que no quiero

¿Qué decisiones y elecciones NO QUIERO que otra persona tome por mí, sin opinión o sin mi aprobación?

Lo que no es una buena vida

