

Preguntas para reflexionar después de las exposiciones



- 1 ¿Qué salió mejor de lo que pensabas durante la exposición?
- 2 ¿Qué aprendiste acerca de tu miedo o preocupación?
- 3 ¿Qué cosas fueron difíciles?
- 4 ¿Tu ansiedad cambió antes y después de la exposición? ¿Cómo cambió?
- 5 ¿Se te hizo más fácil entre más tiempo estuviste haciéndolo?
- 6 ¿Realmente (insertar miedo o preocupación) pasó? A pesar de que pensaste que (insertar miedo o preocupación) pasaría, ¡pudiste lograrlo!
- 7 ¿Hubo algo divertido o que te gustara durante la exposición?