

Reflexionar Sobre mi Progreso

También es importante que reflexione sobre los progresos que ha realizado. Reflexione también sobre las formas en que ha crecido respondiendo a las siguientes preguntas.



¿De qué manera ha cambiado su forma de responder a la ansiedad de su hijo/a?

¿Qué pueden hacer en familia que antes no podían hacer?

¿Se siente mejor preparado para ayudar a su hijo/a a controlar su ansiedad en el futuro?

Good
JOB!!

¿Ha cambiado el nivel general de estrés de su familia? En caso afirmativo, ¿cómo?