

Recuerda

Cree en ti mismo y en lo que eres. Se consciente de que hay algo en tu interior que es más grande que cualquier obstáculo.



Fundación
Abriendo Camino

“ **A d o l e s c e n t e s**
E x i t o s o s ”



“ **P r e p á r a t e p a r a**
t r i u n f a r ”



20 consejos exitosos

1. **Cultiva una alta autoestima:** el valor o amor propio marca el camino al éxito.
2. **Muestra amor a tus padres:** el tiempo de calidad, el diálogo y las manifestaciones afectivas son muy importantes para ellos, aunque ya hayas crecido.
3. **Muestra respeto por tus padres:** el hecho de ya no ser pequeño o pequeña, ser ahora más independiente y estar aprendiendo a tomar tus propias decisiones, no justifica faltas de respeto.
4. **Actitud de desafío frente a la vida:** aprende a identificar los obstáculos de la vida y prepárate para vencerlos.
5. **Dedicación académica:** definirá tu presente y futuro.
6. **Objetivos claros:** marcan el trayecto de lo que quieres y hasta dónde quieres llegar.

7. **Alta resiliencia:** enfrenta y supera las situaciones difíciles de una manera efectiva.

8. **Elección de amigos:** los amigos son importantes en esta etapa, marcarán tu vida de manera positiva o negativa.

9. **Toma de decisiones:** las decisiones que tomes ahora impactarán positiva o negativamente tu futuro.

10. **Identifica tus emociones:** en esta etapa de tu vida se producen cambios frecuentes del estado de ánimo a los cuales debes de prestar mucha atención.

11. **Promueve un estilo de vida sana:** debes comer saludable, cuidar el aseo personal, dormir las horas adecuadas, practicar algún deporte, etc.

12. **Sé auténtico@:** forja tu propia personalidad.

13. **Apóyate en tus fortalezas:** descubre tus puntos fuertes y vence tus limitaciones.

14. **Vence tus miedos:** decídette a lograrlo, confía en ti.

15. **Aprende de tus errores:** es permitido cometer errores, pero saca enseñanza de ellos y evita cometerlos nuevamente.

16. **Elección de ídolos:** busca ídolos que dejen en ti enseñanzas positivas.

17. **Practica deportes:** los deportes además de ejercitarte, te dan disciplina.

18. **Desarrollo de la empatía:** promueve en ti la capacidad de ponerte en el lugar de otros, esto te ayudará a sentir sensibilidad por los demás.

19. **Desarrollo de una sexualidad sana:** vive una sexualidad adecuada a la etapa que estás viviendo.

20. **Proyecto de vida claro:** Empieza a ver tu vida futura, no solo el presente, el aquí y el ahora, prepárate tanto en lo personal como en lo profesional.

