

G3T1 - ANNEX 1. Formulari inspiratiu de reconeixement de fortaleces

	Quines habilitats mobilitza?
Què és el que m'agrada fer?	
Hi ha alguna cosa que normalment em diguin que «sé fer»?	
Hi ha alguna cosa per la que habitualment em reclamin per donar un cop de mà?	
Hi ha alguna característica o habilitat personal de la que em senti més orgullós o orgullosa?	
Què crec que agrada de mi a les altres persones quan em coneixen per primera vegada?	
Hi ha alguna cosa que faci amb molta facilitat?	
I ha alguna cosa que em treu la mandra?	
Què és el que faig bé, essent això útil per a mi o per a algú altre?	
Com em diuen que soc les persones que m'estimen? (família, amics, professors, etc.)	
Fortaleces físiques que destaco de mi: agilitat, aspecte saludable, color d'ulls, cabell bonic, mirada interessant, com vesteixo,...	
Fortaleces de personalitat que destaco de mi: simpatia, amabilitat, perseverança, intel·ligència, bon humor, companyonia...	
Fortaleces d'habilitats: jugar bé a un esport, facilitat pels estudis, dibuixar bé, tocar un instrument, cuinar bé,...	
Quin èxit o èxits dels que he tingut a la vida recordo ara mateix?	