

TRANSFORM YOUR WORDS

Post it Note Exercise

Write down 3 word(s)/phrase that DO make you feel good when You say or hear them?

Escriba 3 palabras/frases que Sí lo hagan sentir bien cuando las diga o las escuche.

Write down 3 word(s)/phrase that DO NOT make you feel good when You say or hear them.

Escribe 3 palabras/frases que NO te hagan sentir bien cuando las dices o las escuchas.

