

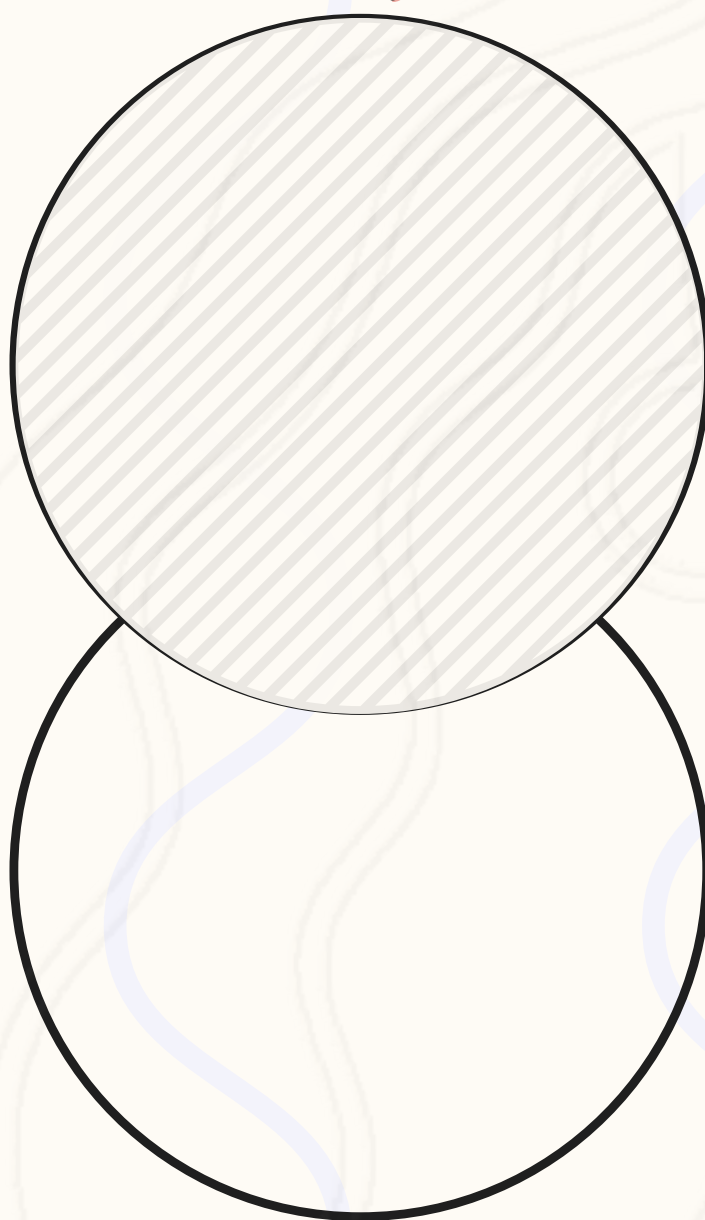


# MEJORAR MI AUTOESTIMA

## LIDIAR CON LA FRUSTRACIÓN

¿Qué ha sucedido?:

LO QUE ESCAPA A MI CONTROL  
*Zona de influencia*



*Zona de acción*  
LO QUE SÍ PUEDO HACER