**Reflexión semanal**

**Sesión 8. Tu involucramiento con la vida**

**Nombre completo:**

**Matrícula:**

**Instructor:**

**Palabra clave de la sesión de esta semana:**

**Instrucciones:** Responde las preguntas con base en las actividades que realizaste en esta semana del curso.

1. ¿A qué personas elegiste para compartirles una estrategia de mindfulness y fortalezas de carácter?

|  |
| --- |
|  |

2. ¿Cómo fue tu experiencia?

|  |
| --- |
|  |