

HOJA DE EJERCICIOS 12.1: RESUMEN DE CURSO

Realidad interna: El mundo en su mente y el cual es solo suyo. Este mundo privado que otras personas no pueden observar. ¡Sólo usted tiene la entrada o el pase a su mundo!

Realidad externa: Los hechos o partes de su realidad que se pueden observar.

Recuerde que: Su realidad interna y externa puede afectar su estado de ánimo. Estas dos realidades también afectan las actividades que hace, sus pensamientos y contactos con otras personas. Todas estas cosas le afectan a:

- Usted
- Su bebé
- La relación entre usted y su bebé

