

Ser más responsable

Lo que debes saber

La responsabilidad es un gran rasgo a desarrollar porque aumenta la autoestima y la confianza al reconocer que eres una persona capaz. Hacerte responsable de ti mismo(a) es un signo de fortaleza.

Puede que seas responsable de hacer tus tareas, de limpiar tu habitación y de recoger lo que hay en tu casa. Quizá también seas responsable de tus posesiones. Tal vez se espera que cuides a tus hermanos o que saques a pasear al perro todas las mañanas.

Además, es probable que te hagan responsable de tus actos. Si te descuidas y pierdes algo, puede que tengas que trabajar para ganar dinero y pagarlo. Si te olvidas de una cita, es posible que se espere que llames, te disculpes y cambies la fecha.

A menudo, el cumplimiento de las responsabilidades conlleva recompensas o beneficios. Si no cumples una responsabilidad, puedes recibir una sanción o ser castigado. El cumplimiento (o el incumplimiento) de las responsabilidades tiene diferentes consecuencias.

Qué hacer

Marca las afirmaciones que se apliquen a ti y luego suma las marcas que hiciste.

- Hago lo que hay que hacer.
- Nunca rompo mis promesas.
- Soy confiable y fiable.
- Nunca pongo excusas ni culpo a los demás por mis acciones.
- Siempre cumplo mis compromisos.
- Hago mi parte en casa, en la escuela o en la comunidad.
- Soy voluntario(a) en mi escuela o comunidad.
- Hago lo que puedo para cuidar el medio ambiente.
- Hago mis tareas sin que me lo recuerden repetidamente.
- Termino mis tareas y proyectos escolares a tiempo.

_____ Me fijo objetivos y los consigo.

_____ Planifico mi tiempo.

_____ **Total**

Si has marcado seis o más afirmaciones, ¡estás en el buen camino para ser responsable! Si has marcado cinco o menos afirmaciones, es posible que quieras trabajar para ser más responsable.

Creo que soy/no soy una persona responsable porque

¿Qué significa para ti "ser responsable"?

¿Qué responsabilidades tienes en la escuela?

¿Cuáles son algunas de las responsabilidades que tienes en casa?

Nombra otras formas de mostrar responsabilidad.

¿Cómo afecta el comportamiento responsable a tus relaciones con tus amigos?

¿Cómo afecta el comportamiento responsable a la relación con tus padres?

¿Alguna vez alguien te ha causado problemas por ser irresponsable? ¿Qué ha pasado? ¿Qué te gustaría que esa persona entendiera de lo que pasó? ¿Qué te gustaría poder decirle a esa persona?

¿Cómo te sientes cuando alguien te decepciona?

--	--	--	--

¿Te ha ayudado este ejercicio a darte cuenta de todas las responsabilidades que tienes? Explica.

¿Te han sorprendido todas las cosas de las que eres responsable cada día?

¿Qué cosas puedes hacer para mostrar más responsabilidad?
