

**Iniciales del  
compañero de  
acción**

● Muy poco esfuerzo   ● Algo de esfuerzo   ● Mucho esfuerzo

**A** Seguí los pasos para intentar resolver mi problema.   ● ● ●

**B** Cada día, escribí algo por lo que estoy agradecido.   ● ● ●

**C** Trabajé en mi compromiso personal.   ● ● ●

**D** Contacté con mi compañero de acción y lo apoyé.   ● ● ●

**E** Compartí con familiares o amigos lo que aprendí.   ● ● ●