

# Historias de supervivencia diaria: Mi terrible rutina.



# Las herramientas para sobrevivir hoy:

En esta clase no hay respuestas correctas. ¡Solo opiniones!



**Yo creo que...**

**Yo pienso que...**

**Para mí...**



El despertador suena a las 6:00. Yo siempre quiero dormir más. Solo duermo 5 minutos más... y de repente, me despierto a las 7:00.

### Debate Express

¿Es buena idea dormir '5 minutos más'? ¿Tú qué haces normalmente?



Voy a la cocina y hago un café. Me hago una tostada con mantequilla. Pero la tostada cae al suelo... ¡siempre del lado de la mantequilla!

### **Debate Express**

**¿Crees en la famosa 'Ley de Murphy'? ¿Te pasa a ti o es un mito?**



El gran problema: No tengo más café. Yo no puedo funcionar sin café por la mañana. Mi compañero de piso bebe el último vaso y no compra más.

### **Debate Express**

**¿De quién es la culpa?  
¿Cómo es tu humor por la mañana si no desayunas?**

Me visto muy rápido porque es tarde. Pero no encuentro mis llaves. Busco Busco por toda la casa.



## Debate Express

¿Eres una persona organizada por la mañana o eres un caos?  
¿Dónde pones tus llaves normalmente?

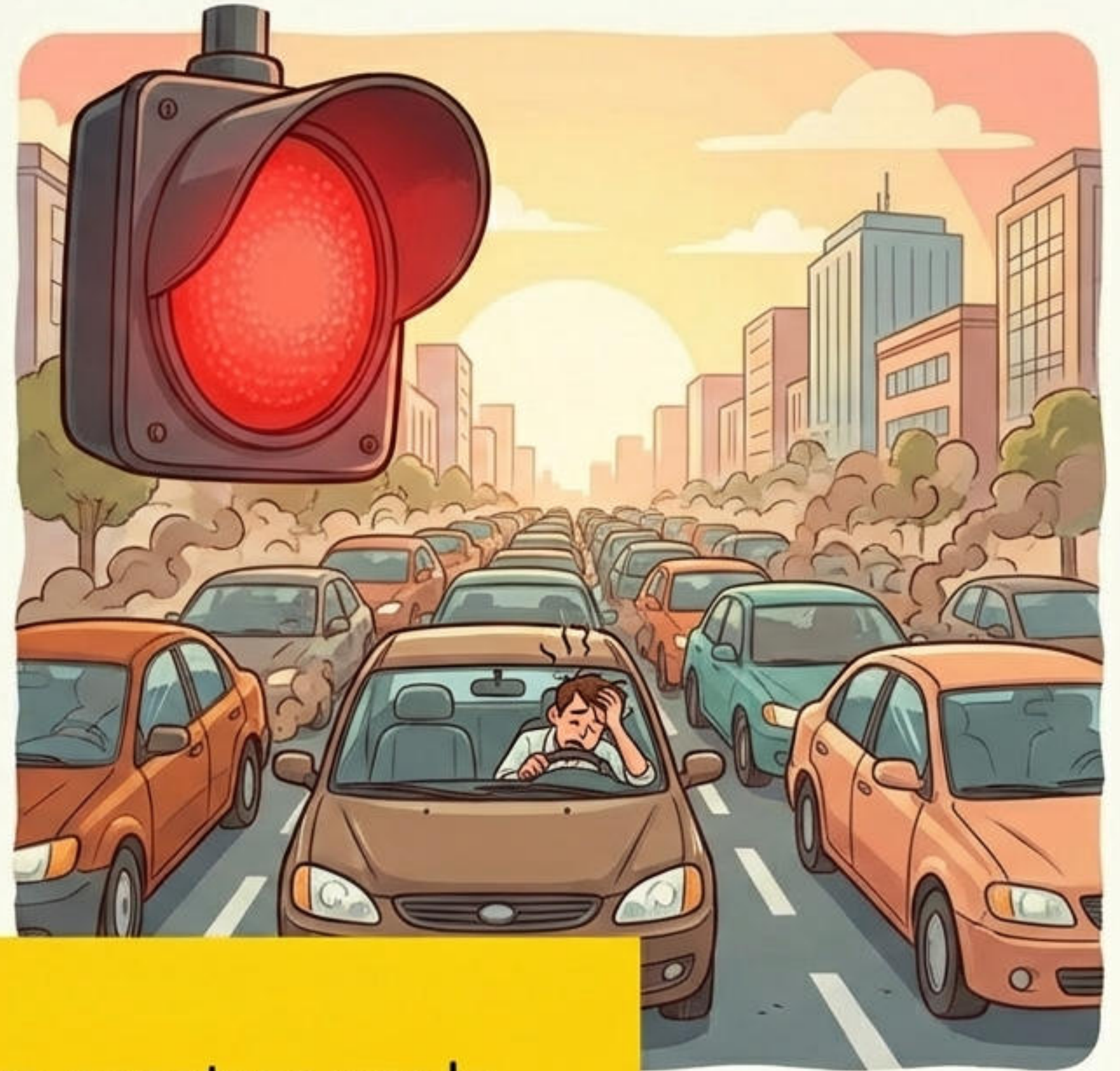
Finalmente, salgo de casa. Cierro la puerta y en ese momento exacto... empieza a llover. ¡No llevo paraguas!

### **Debate Express**

¿Qué haces en esta situación?  
¿Vuelves a entrar a casa y llegas tarde, o vas mojado al trabajo?



Conduzco mi coche al trabajo. Pero hay mucho mucho tráfico. Además, el semáforo siempre se pone en rojo cuando tengo mucha prisa.



### **Debate Express**

¿El universo tiene algo personal contra nosotros por la mañana? ¿Qué te pone de peor humor en la calle?

Si no voy en coche,  
espero el autobús. El  
autobús viene  
exactamente en el  
momento en que miro  
mi teléfono. ¡Y lo pierdo!

### **Debate Express**

¿Qué prefieres: el estrés del tráfico en tu coche o perder el autobús?



Llego tarde al trabajo.  
Mi jefe me mira y  
dice:  
"¡Buenas tardes!". Yo  
pienso que quiero  
volver a mi cama.

### **Debate Express**

¿Qué respondes en esta situación?  
¿Dices la verdad sobre tu mala  
mañana o inventas una excusa?



Esta es mi historia de supervivencia diaria.

Algunas mañanas son un desastre total, pero sobrevivimos.



## Debate Express

En tu opinión, ¿cuál es el secreto para tener una buena mañana y sobrevivir al día?



# Ahora es tu turno de hablar.

Cuenta tu rutina diaria a la clase.  
¿Qué cosas salen mal en tu vida?

