Script for chapter 6 exercise 10 audio

(https://drive.google.com/file/d/1UrpLLoKYxVOQ9ccb3yh-ptTCP9qE9ZnH/view?usp=sharing)

Laura: ¿Crees que treinta días es suficiente para lograr metas pequeñas?

Alex: Yo creo que sí es suficiente, pero después de los treinta días, tienes que seguir para que puedas lograr más y seguir con tu plan. ¿Para ti es más fácil adoptar un hábito bueno, o dejar un hábito malo?

Laura: Para mí creo que es más fácil adoptar un hábito bueno porque puedo tener un hábito bueno y uno malo al mismo tiempo. ¿Tienes metas ahora? ¿Cuáles son?

Alex: Sí, yo quiero graduarme del colegio, y quiero tener un trabajo bueno, en donde también pueda ayudar a mi familia financieramente. ¿Quién es una persona que te inspira cuando piensas en tus metas?

Laura: Mis padres me inspiran mucho porque son inmigrantes de México y ellos han completado muchas de sus metas. ¿Haces una resolución de año nuevo cada año?

Alex: Sí. De hecho, siempre digo que voy a bajar de peso, pero nunca lo puedo hacer porque me gusta comer. ¿Qué te ayuda con la motivación de hacer cosas que no quieres hacer?

Laura: Yo siempre me digo a mí misma “es más fácil de lo que piensas,” y eso me inspira a completar metas más rápido.