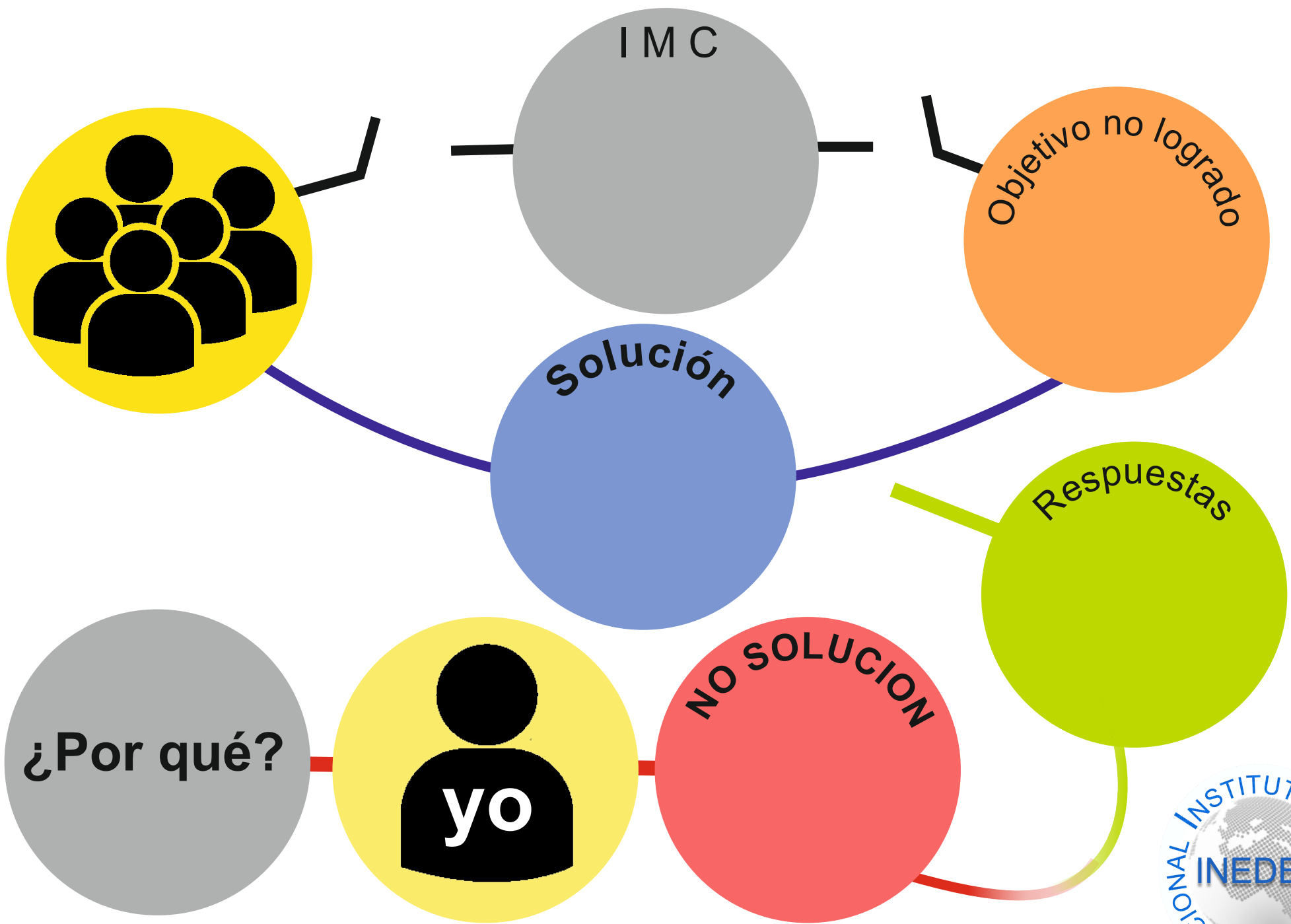


LAS CREENCIAS



Las creencias

1) Elige un objetivo específico de un área de tu vida

Un objetivo que hayas intentado cumplir y no hayas podido

O ese reto que aún no has encontrado la fuerza para comenzar.

Escríbelo en el círculo: OBJETIVO NO LOGRADO

2) Olvídate de tu caso en particular y reflexiona lo siguiente:

Para las personas en general no alcanzar ese objetivo es un tema de:

- Imposibilidad
- Merecimiento
- Incapacidad

Escríbelo en el círculo IMC (sólo puedes elegir una respuesta, la que sientas que más peso tiene)

Escribe el enunciado aquí y léelo

(Puedes completar la frase con las preposiciones que creas necesarias para que tu frase adquiera más coherencia)

.....las personas lograr.....

IMC Objetivo no cumplido

3) Ahora piensa para esas personas ¿Cuál sería una posible solución?

Escríbelo en el círculo SOLUCIÓN

4) Has descubierto una solución al problema.

Si existe una solución y aun no la has implementado en tu vida, reflexiona lo siguiente: ¿Por qué tú no la pones en práctica para lograr tu objetivo?

Escribe todas las razones que se te ocurran en el círculo respuestas

5) PLAN DE ACCION!!!

Haz una lista de 5 acciones relacionadas con esas respuestas que te acerquen al cumplimiento de tu objetivo

Dedicate a ponerlas en práctica desde AHORA para lograrlo!

Hoy comienzo a.....	
Acción 1	
Acción 2	
Acción 3	
Acción 4	
Acción 5	