

Ejercicio: Mapa de claridad personal

Paso 1: Identificá tus áreas de estancamiento

Reflexioná sobre los aspectos de tu vida donde sentís que no estás avanzando. Pueden ser personales, profesionales, emocionales, etc.

Preguntas guía:

- ¿En qué área de mi vida siento más frustración o confusión?
- ¿Qué me gustaría cambiar o mejorar?
- ¿Qué emociones me genera esta situación?

Paso 2: Conectá con tus verdaderas motivaciones

Preguntate con honestidad qué es lo que realmente querés lograr y por qué. Esto te va a ayudar a alinear tus metas con tu propósito interior.

Preguntas guía:

- ¿Qué deseo lograr y para qué?
- ¿Qué valores quiero honrar en mi camino?
- ¿Qué pasaría si ya hubiera alcanzado eso que anhelo?

Paso 3: Escribí tus acciones

Ahora que tenés más claridad, pensá en pequeñas acciones concretas que podrías tomar esta semana para comenzar a avanzar.

Preguntas guía:

- ¿Qué primer paso puedo dar hoy?
- ¿Qué necesito soltar o cambiar para avanzar?
- ¿A quién puedo pedir apoyo o compartir este compromiso?