Richard Puerchambud
Free Your Mind, Relax Your Soul

De una idea a un primer paso

Lista de revisión para tu vida, tus proyectos y tu aprendizaje

Mi idea o meta: _____

☐ **1. Propósito**

¿Qué quiero cambiar y por qué me importa?

_____

☐ **2. Emoción**

¿Qué siento? ¿Cómo influye eso en mi interpretación?

_____

☐ **3. Razones**

¿Qué sé, qué estoy suponiendo y qué necesito comprobar?

_____

☐ **4. Alternativas**

¿Qué otra manera de avanzar tengo? ¿A quién afecta?

_____

☐ **5. Recursos**

¿Qué tiempo, dinero o apoyo necesito? ¿Qué puedo adaptar?

_____

☐ **6. Primer paso**

¿Qué acción posible haré y cuándo la realizaré?

_____

☐ **7. Revisión**

¿Qué observaré para saber si necesito cambiar el plan?

_____

Mi acción en las próximas 48 horas

_____

Muestra gratuita. Recurso educativo de reflexión y planificación.

No es una prueba psicológica ni garantiza resultados. Conserva la identidad de marca.