



EXPLORA EL RUMBO QUE QUIERES DAR A TU VIDA

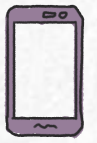
SESIÓN 3



ESCUCHAR NUESTRO CAMINO,
EXPRESAR NUESTRO CAMINO



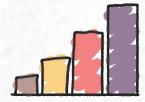
EXPLORA EL RUMBO QUE



QUIERES DAR A TU VIDA



EMPEZAR





REFLEXIONES SOBRE LAS EMOCIONES

NO ES LO QUE OCURRE ES CÓMO ME RELACIONO CON LO QUE OCURRE

SI ME RELACIONO DESDE EL MIEDO, MI ESTABILIDAD SE DERRUMBA Y ME METO EN UNA CUEVA DE INMOVILIDAD

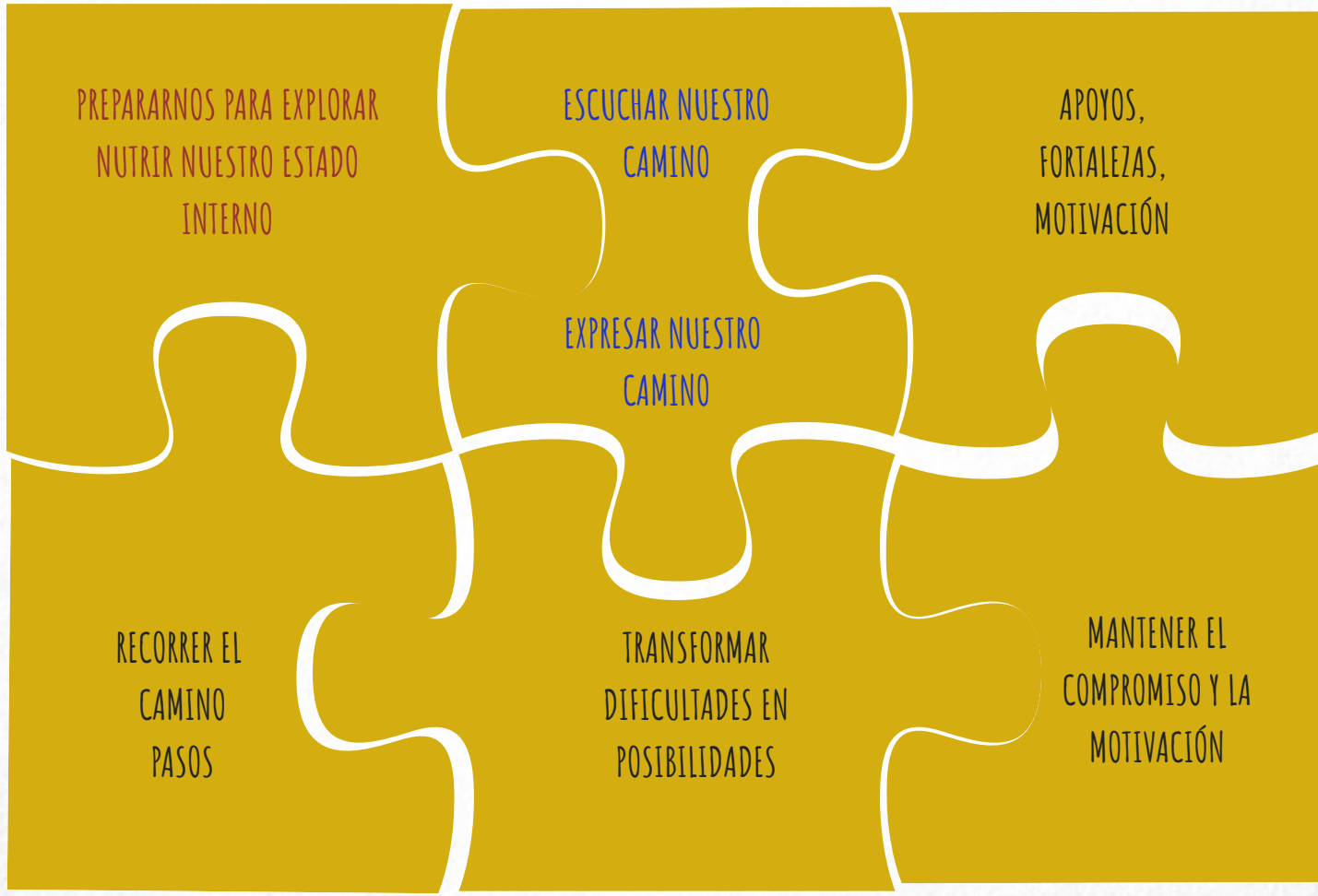
SI ME RELACIONO DESDE EL ENFADO MI FLUIDEZ SE DERRUMBA Y ME METO EN LA LUCHA CONTINUA

SI ME RELACIONO DESDE EL RECHAZO MI CONFIANZA SE VIENE ABAJO Y ME METO EN UNA HUÍDA CONSTANTE

SI ME RELACIONO DESDE LA TRISTEZA MI CORAZÓN VA HACIA DENTRO SIN DARMÉ CUENTA DE LA BELLEZA A MI ALREDEDOR



ÍNDICE





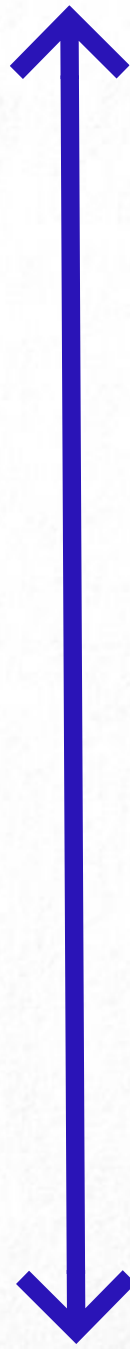
INTENCIÓN

LA INTENCIÓN ES LA LINTERNA
QUE ILUMINA EL MAPA Y CONECTA:

MENTE COGNITIVA-
DEFINIDO EN 5 PALABRAS

MENTE DE CAMPO-
UNA IMAGEN ASOCIADA

MENTE SOMÁTICA-
GESTO, MOVIMIENTO



OBJETIVO SMART

EL OBJETIVO ES EL MAPA,
PARA ESTAR BIEN ENUNCIADO QUEREMOS QUE SEA:

S ESPECÍFICO

M MEDIBLE

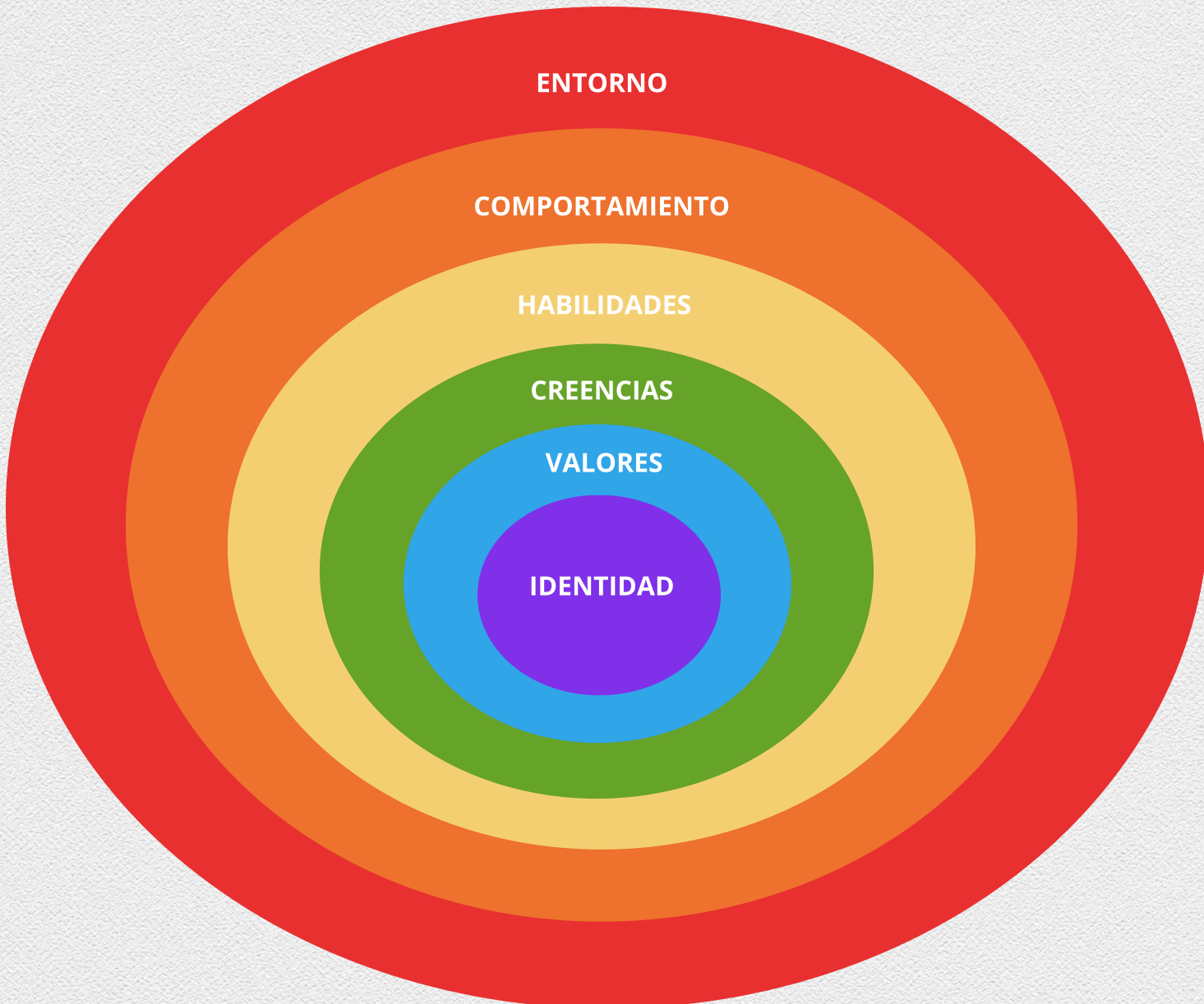
A ALCANZABLE

R RELEVANTE

T TIEMPO



INTENCIÓN



ENTORNO

COMPORTAMIENTO

HABILIDADES

CREENCIAS

VALORES

IDENTIDAD

ENTORNO ¿Dónde, cuándo?

COMPORTAMIENTO ¿Qué?

HABILIDADES ¿Cómo?

CREENCIAS ¿Por qué?

VALORES ¿Por qué?

IDENTIDAD ¿Quién?

INTENCIÓN

PARA QUÉ, PARA QUIÉN

**NIVELES
NEUROLÓGICOS
DE UNA
EXPERIENCIA**
Robert Dilts



PASIÓN

Lo que más me gusta hacer, lo que hago y pierdo la noción del tiempo y el espacio, lo que es un esfuerzo sin esfuerzo (Wu wei)

+ INFO



VISIÓN

Si pudieras ver una película del futuro, Lo que quiero ver más en el mundo en es...
El mundo que veo en ese futuro es...
Lo que hay de más en esta visión del mundo es...

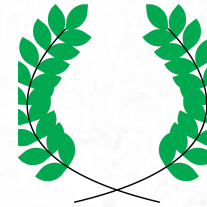
+ INFO



MISIÓN

Expresa:
Lo que yo quiero traer ahora para contribuir a ese mundo futuro es...

+ INFO



ASPIRACIÓN

Lo que quiero alcanzar a nivel personal con esta visión, misión y pasión es...

+ INFO



ROL

Lo identidad que quiero añadir a mi identidad para impulsar esta visión, misión, pasión, aspiración

+ INFO

QUÉ TE GUSTABA HACER, JUGAR, DE PEQUEÑA Y AHORA
(PARA ENLAZAR CON PASIÓN) SUPER PODER, HABILIDAD, DON





PASIÓN



LO QUE MÁS ME GUSTA HACER, LO QUE HAGO Y PIERDO LA NOCIÓN DEL TIEMPO Y EL ESPACIO, LO QUE ES UN ESFUERZO SIN ESFUERZO (WU WEI)

CON LO QUE DISFRUTABA DE PEQUEÑA...

A LO QUE MÁS ME GUSTABA JUGAR...

LO QUE ME ENCANTA HACER ES...

LO QUE HAGO DE FORMA FLUIDA NATURAL...

LO QUE ME DICEN A MENUDO LOS DEMÁS QUE ES MUY MÍO...

CUANDO LO HAGO EL ESFUERZO NO ES ESFUERZO

SIGNIFICADO DEL DÍA MARAVILLOSO Y QUE TENIA DE MÁS, Y QUÉ DE MENOS, DESDE AQUÍ RELACIÓN CON LO QUE MÁS QUIERO VER EN EL MUNDO, SOÑAR ES ILUSIONARSE





VISIÓN



SI PUDIERAS VER UNA PELÍCULA DEL FUTURO, LO QUE QUIERO VER MÁS EN EL MUNDO EN ES... EL MUNDO QUE VEO EN ESE FUTURO ES... LO QUE HAY DE MÁS EN ESTA VISIÓN DEL MUNDO ES... PALABRA, IMAGEN, GESTO, MOVIMIENTO

¿QUÉ QUIERO VER MÁS EN EL MUNDO?

¿QUÉ DISFRUTO VIENDO A MI ALREDEDOR, EN LOS DEMÁS, EN EL MUNDO?

SI TUVIERA UNA VARITA MÁGICA, ¿QUÉ SERÍA LO QUE ME GUSTARÍA VER MÁS EN EL MUNDO?

MENTE CREATIVA SOÑADORA

VEO

CÓMO ME GUSTARIA TRAER ESTE SUEÑO A TIERRA, CUÁL SERÍA
UNA MANERA DE TRAERLO, SEGUIR SOÑANDO





MISIÓN



EXPRESA:

LO QUE YO QUIERO TRAER AHORA PARA CONTRIBUIR A ESE MUNDO FUTURO ES... (OBJETIVO-SMART)

TENIENDO EN CUENTA LO QUE ME ENCANTA, LO QUE HAGO SIN ESFUERZO, LO QUE ES MI HABILIDAD MÁS GRANDE, LO QUE QUIERO VER MÁS EN EL MUNDO...

LO QUE QUIERO APORTAR, LO QUE QUIERO HACER PARA CONTRIBUIR ES...

DIGO



¿QUÉ ME GUSTARÍA ALCANZAR PARA MI, A QUÉ ASPIRO? DATOS





ASPIRACIÓN

LO QUE QUIERO ALCANZAR A NIVEL PERSONAL CON ESTA VISIÓN, MISIÓN Y PASIÓN
ES...

¿QUÉ QUIERO RECIBIR, ALCANZAR AL DAR TODO ESTO, DÓNDE QUIERO LLEGAR, CUÁLES SON LOS DATOS
CONCRETOS?

QUÉ QUIERO YO RECIBIR DEL MUNDO PARA DARLO DE NUEVO AL MUNDO

NUTRIENDO EL YO, PARA NUTRIR EL NOSOTROS

NO ES EGO ES NUTRICIÓN, MOTIVACIÓN

¿PARA ESTO QUE QUIERO ALCANZAR, A LO QUE ASPIRO QUÉ
QUIERO INCORPORAR A MI IDENTIDAD?





ROL



LO IDENTIDAD QUE QUIERO AÑADIR A MI IDENTIDAD PARA IMPULSAR ESTÁ VISIÓN, MISIÓN, PASIÓN,
AMBICIÓN

PARA LLEVAR A LA ACCIÓN MI PASIÓN,

PARA VER MÁS LO QUE QUIERO EN EL MUNDO

PARA HACER AQUELLO QUE YO SÉ HACER Y CONTRIBUIR A ESA VISIÓN

PARA RECIBIR AQUELLO QUE YO QUIERO ALCANZAR

¿QUÉ IDENTIDAD QUIERO INCORPORAR A MI IDENTIDAD PARA CONSEGUIR ESTO?

¿QUIÉN QUIERO LLEGAR A SER?

¿QUÉ O QUIÉN ES UN REFERENTE PARA MI EN ESTO?



¡MÓDULO FINALIZADO!

