

Make it happen:

PLAN PARA MATERIALIZAR TUS DESEOS

Escribe dos metas que te gustaría manifestar durante la primera mitad de 2022:

META 1

1. ¿Qué te motiva a alcanzar esta meta?

2. ¿Qué necesitas para lograr alcanzarla?

3. ¿Qué necesitas soltar para hacerla realidad?

4. ¿En cuánto tiempo estimas poder alcanzarla?

Escribe tres acciones que vas a tomar para llegar a tu objetivo. Sé realista y sincer@, anota aquello con lo que SÍ te puedes comprometer.

1. _____
2. _____
3. _____

META 2

1. ¿Qué te motiva a alcanzar esta meta?

2. ¿Qué necesitas para lograr alcanzarla?

3. ¿Qué necesitas soltar para hacerla realidad?

4. ¿En cuánto tiempo estimas poder alcanzarla?

Escribe tres acciones que vas a tomar para llegar a tu objetivo. Sé realista y sincer@, anota aquello con lo que SÍ te puedes comprometer.

1. _____
2. _____
3. _____

TIPS

- Recuerda poner una alarma o recordatorios en tu teléfono para no perder el enfoque y ver tus avances.
- Lleva un registro en tu *journal* con tus progresos, aprendizajes y *next steps*. ¡Apoya tu proceso con la Agenda Mia Astral 2022!