

## Hoja de Transformación Día 1 – Ampliando la Perspectiva

1. En mi relación conmigo mismo (¿cómo me siento? ¿cómo me trato? ¿qué tipo de compañía soy para mi mismo? ¿disfruto de mi compañía?)

¿En dónde estoy el día de hoy?

¿A dónde quiero llegar?

Lo que me impulsa:

Lo que me detiene:

## 7 días para Volver a Creer

2. Yo con el mundo (¿cómo están mis relaciones?: con mi pareja, con mi familia, con compañeros de trabajo, etc.)

¿En dónde estoy el día de hoy?

¿A dónde quiero llegar?

Lo que me impulsa:

Lo que me detiene:

## 7 días para Volver a Creer

3. Realización personal (¿te sientes realizado en tu vida? ¿cómo está tu vida profesional? ¿qué cosas te hacen sentir realización? ¿cómo está tu relación con esa área de tu vida?)

¿En dónde estoy el día de hoy?

¿A dónde quiero llegar?

Lo que me impulsa:

Lo que me detiene: