



Orientado a objetivos

“Enfocado”

*PERMANECER CONCENTRADO EN UNA TAREA Y HACER
LO QUE SE DEBE HACER PARA TERMINAR ALGO*

Preguntas que me hago:

- ¿Qué quiero lograr?
- ¿Cómo puedo aprovechar al máximo mi tiempo y mis habilidades?
- ¿Qué puedo hacer para acercarme a mi objetivo?
- ¿Cuál es un buen primer paso?
- ¿Cómo puedo saber si estoy alcanzando mi objetivo?



Orientado a objetivos

Lo que hago y digo:

- Establecer metas más pequeñas que me ayuden a alcanzar mi meta principal
- Escribir paso a paso lo que necesito hacer
- Reservar tiempo para pensar detenidamente las cosas y comprenderlas mejor
- “Gracias a mi fortaleza, lograré lo que me proponga.”

Lo que no hago ni digo:

- Rendirse
- Utilizar tiempo y energía en cosas que no ayudan
- “Eso lo haré más adelante.”

