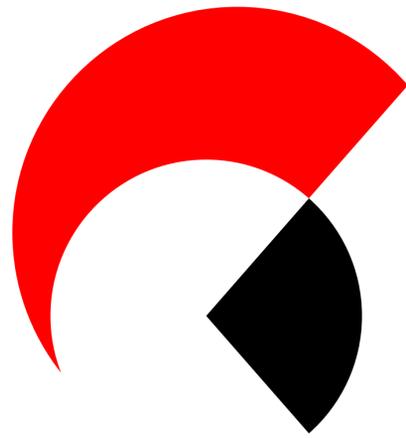


CONQUISTADOR PRO

UN PLANIFICADOR DIARIO PARA
ALCANZAR TUS METAS





EMERGEMOS.COM

VIRTUD
ARETÉ
CONSTANTE

¿COMO FUNCIONA?

Tener metas claras puede transformar tu vida. Según estudios, las personas con objetivos y propósito bien definidos suelen lograr más resultados y viven con mayor satisfacción. Por otra parte, no tener una dirección hacia donde ir puede dejar una sensación de vacío y falta de motivación.

En este ebook encontrarás un planificador que te asistirá paso a paso en establecer metas a largo plazo significativas y un plan semanal y diario para acercarte a estas metas.

Para conquistar cualquier objetivo hace falta disciplina, perseverancia y un plan que desglose las tareas en pasos manejables.

Este planificador está diseñado para crear pequeñas victorias diarias, las cuales te motivarán a seguir adelante y mantener el foco incluso en los días más difíciles, para que puedas acercarte cada vez más a tu meta final.

Trabajando con constancia notarás una sensación de satisfacción con tu vida y esta es la clave para conseguir lo que realmente deseas.

PLANIFICADOR SEMESTRAL

Rellena este planificador una vez y vuelve a leer tu plan a largo plazo cada día.
Añade detalles o modifica tus respuestas con el paso del tiempo.
También puedes responder a estas preguntas en voz alta cada día.

Definimos un objetivo

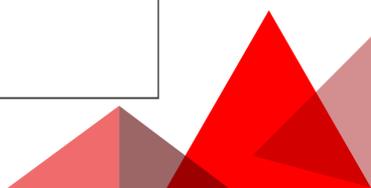
Imagina tener una varita mágica que te permite conseguir **únicamente** lo que **realmente** deseas.

¿Qué te gustaría conseguir?

En 6 meses conseguiré...

Amplificamos la motivación

Reflexiona y visualiza sobre como beneficiará tu vida al conseguir este objetivo. ¿Cómo te sentirás? ¿En qué aspectos habrá mejorado tu vida?



Definimos el plan

Para que puedas conquistar tu meta en 6 meses, ¿qué objetivos son necesarios lograr en 3 meses?

En 3 meses voy a conseguir...

-
-
-

Para que esto sea posible, ¿Qué es indispensable conseguir este mes?

Este mes voy a conseguir...

-
-
-

¿Y esta semana?

-
-
-
-
-
-



PLANIFICADOR DIARIO

Un profesor demostró que derrumbando un dominó de 5 mm es posible generar una cadena capaz de derrumbar un dominó que pesa 45 kg. Este mismo dominó de 5 mm puede generar una reacción a cadena capaz de derrumbar un dominó grande como la montaña Everest.

Utiliza este planificador diario para crear pequeñas victorias diarias que te permiten generar una inercia positiva que te acerquen a tus objetivos, además de amplificar tu motivación.

Define la tarea de foco para hoy

La tarea de foco para hoy es...

Primer paso

El primer pequeño paso que puedo tomar hoy es...

Obstaculos y Soluciones

Para poder llevar al cabo el primer pequeño paso y la tarea del día tenemos que dedicar tiempo. De todas maneras, es posible que encontremos distracciones, dificultades u obstáculos que no nos permitan enfocarnos en nuestra tarea. Haz un listado de obstáculos que podrías encontrar y reflexiona sobre como podrías manejarlas para evitar que te frenen.

Problemas, dificultades	distracciones	y	¿Como evitaré que me frene?
-------------------------	---------------	---	-----------------------------



