

Visualizando mi vida ideal

¿Cuál es el sentido de mi vida?

¿Cómo me miro a mi mismo?

¿Cómo llevo mi vida laboral
y económica?

¿Cómo llevo mi vida
familiar?

¿Cómo ocupo mi tiempo
de ocio y descanso?

¿Cómo llevo mis relaciones?

¿Cuál es mi mayor deseo?



LANTANA

Visualizando mi vida ideal

¿Cuál es el sentido de mi vida?

Mi día ideal

Sueña. Detalla todo lo que puedas cómo sería tu día ideal en 5 o 10 años

Es mi estación del año favorita: _____ son las _____ y me acabo de levantar con un desayuno de _____.

La primera actividad que hago es _____, ya que soy de profesión _____ y trabajo en _____.

Vivo en _____ y tengo familia donde somos _____.

Tengo el pelo de color _____ y llevo mi ropa preferida: _____.

Después de esa primera actividad, me viene mi principal preocupación:

Luego antes de comer un rico _____ me centro en la actividad de mi profesión, que es: _____.

Con esto gano _____ al mes. Después de comer, sigo con mis actividades, y termino a las _____ horas.

Por la tarde me dedico principalmente _____.

Además, me estoy haciendo un curso de _____.

Después de cenar voy a tomarme algo con _____.

Antes de dormir, me leo siempre un libro, o veo una película o serie sobre uno de mis temas favoritos: _____.

¡Mi día no podría ser mejor!



LANTANA