TU VIDA:

" Tu mejor proyecto"

CREANDO POSIBILIDADES DE BIENESTAR Y DESARROLLO

Erika Restrepo y María Saldarriaga
Conekta-Mentoring con Propósito
Noviembre 23-2022

HABITOS DE GENTE EXITOSA

- Crea metas factibles
- Establece un compromiso
- Evalúa tus hábitos diarios
- Deja de buscar siempre la validación externa
- Fortalece tus pensamientos positivos
- Descansa tu cuerpo y tu mente
- Fortalece tu inteligencia emocional
- Desarrolla las interacciones sociales
- Haz las cosas por ti mismo/a
- Busca todo el conocimiento posible
- Aprende a decir NO
- Practica la gratitud constantemente

HABITOS DE GENTE EXITOSA

- Crear un circulo de influencia positiva
- Agradecer
- Cambiar tus creencias limitantes
- Hacer las pases con el pasado
- Tener Motivación y determinación
- Tener referentes que nos inspiren
- Reinventarse y asumir el cambio
- Adquirir rutinas saludables
- Hacer un buen uso del tiempo libre
- Reconocer las pruebas como parte de la evolución
- Leer educación financiera y Crecimiento Personal
- Actitud Positiva

La ilusión del iceberg

El éxito es un iceberg

LO QUE LA GENTE VE

LO QUE LA GENTE NO VE

- Trabajo duro
- Fallos
- Sacrificio
- Persistencia
- Dedicación
- Buenos hábitos
- Decepción

PARA QUE PLANEAR TU VIDA

Ser responsable de tus actos, y por tanto, llevarlos a cabo de la manera posible.

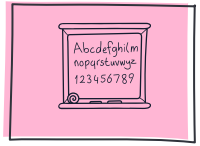
Hacerte cargo de tu vida, asumiendo el rol de líder y no dejando que otros te manipulen.

Tener autodisciplina, y lograr culminar prácticamente cualquier proyecto que te definas.

https://www.youtube.com/watch?v=KTfliZGzO6Y

PLANEACION ESTRATEGICA PARA TUS SUEÑOS

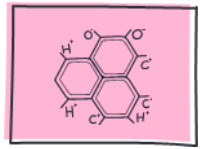
- Descubre la diferencia entre soñar y triunfar.
- Conoce los habitos de la gente exitosa.
- Crea un plan para alcanzar tus propósitos



DETERMINA TUS PRIORIDADES Y CREA TUS METAS

BUSCA MENTORES e INVESTIGA EN EL AREA QUE QUIERES MEJORAR

ENFOCATE VEN PASOS PEQUEÑOS Y POCAS METAS Y TRABAJA DIA A DIA POR ELLAS



HAZ SEGUIMIENTO

eres Curioso

La vida es tal cual como tú la ves.
La vida es de la manera en que tú la percibes.

https://www.youtube.com/watch?v=NxqHdrbJCT0

MANTENIENDO UNA ACTITUD POSITIVA

1. Tu determinas tu realidad.
2. Tu lenguaje determina tus pensamientos.
3. Rodeate de gente positiva.
4. Demuestra tu aprecio por los demas..
5. Haz Ejercicio.
6. Comienza tu dia con entusiasmo.
7. Recurre a libros, musica o videos que te recarguen de positividad.
8. Tu actitud depende de lo que consumes.
9. Vive con Gratitud.
10. Deten tus pensamientos negativos.

mi Mapa de Sueños

¡Ahora es tu turno de hacer una obra maestra y crear la vida que sueñas!

paso 1

Agradecer

Creer para crear.

paso 2

Elegir un lienzo. (Cartulina).

paso 3

Introspección.

coloca una foto tuya en el centro.

Lista de deseos

paso 4

Pega lo que sueñas y ponle magia.

Recortar imagenes y frases

paso 5

Elige areas vitales

paso 6

Colocalo en un lugar muy tuyo y visible para ti.

Ten la certeza que sucedera.

GRACIAS¡

Preguntas y Comentarios

@conectateenplenitud

@momentosiete