

Hoja de trabajo SF 4

Tomando en cuenta lo aprendido acerca del Feedforward, elaborar tu propia “Vision Board”. Imagina que tu “Yo del Pasado” esta sentada a tu lado. Ella te cuenta sus anhelos a futuro. Cuáles eran? Ahora imagina que tu “Yo del Futuro” te viene a visitar y te trae mensajes positivos acerca de tu futuro y tus sueños realizados. Qué te dice?

Sueños o metas	Yo del Pasado	Yo del Futuro
Ej; Ser Actriz	“Quiero ser independiente, feliz haciendo lo que mas me gusta: actuar. Ganarme un Oscar (o varios) y vivir en una mansion en Hollywood”	“Descubrí que lo que mas me gusta es enseñar. Explora todas las opciones disponibles para cumplir tu sueño de ser independiente y feliz haciendo lo que ahora sabes que mas te gusta. También me di cuenta que la mansion en Hollywood sale muy caro mantenerla y hacer aseo, me gusta mucho mas la idea de una cabaña rica, bien equipada en el Norte, cerca de la playa y sus cielos impresionantes”.