



Objetivo: Registrar y valorizar lo realizado en las diferentes etapas de los proyectos en curso.

a) Piensa en una situación o proyecto que se encuentre en curso o desarrollo. Ponle un nombre y escríbelo:

.....
.....

b) ¿Cuál fue el punto de partida del proyecto? ¿Qué observabas, escuchabas y sentías en ese momento?

.....
.....

c) ¿Cuáles son los pasos o acciones que generaste para llegar hasta este momento o lugar?

1.
2.
3.

d) ¿Cuáles son los resultados obtenidos hasta el momento? (Registra lo que has logrado)

1.
2.
3.



¿Cuál es tu nivel de satisfacción al pensar en ellos? Observa el valor que le asignas a lo realizado. Si surgieran pensamientos de exigencia o desvalorización es necesario registrarlos y modificarlos, pues hacer el alto tiene como objetivo celebrar lo logrado.

.....
.....

e) Manteniendo el estado interno que genera la celebración, observa y compara el estado actual de tu proyecto y chequea ¿Cuáles son los pasos necesitas continuar dando para obtener el logro deseado?

.....
.....

¿De qué manera darás esos pasos?

- f) ¿Necesitas implementar otros recursos?*
- g) ¿Hablar con otras personas?*

.....
.....

h) ¿Cómo te darás cuenta que estás arribando a la meta de tu proyecto? ¿Qué observarás? ¿Qué escucharás? ¿Qué sentirás?

.....
.....

i) Al obtener lo que estas buscando registra: ¿de qué manera lo celebrarás?

.....
.....

Si deseas profundizar mas en este tema u otros, recuerda que puedes consultarme escribiendo al mail cursos@luisacordeiro.com.ar.

Cordialmente, Luisa Cordeiro