

PREGUNTAS

Para hacer Balance de Año

Durante décadas alimenté el hábito de hacer un balance antes de finalizar el año en diferentes áreas de mi vida. Te confieso algo, desde hace unos 3 años hasta hoy empecé a hacer ese balance por lo menos 3 veces al año y los resultados han sido sencillamente ¡Geniales!

Para hacer ese balance es necesario hacerse las preguntas correctas, por ello quiero compartirte mis preguntas, esas que me permiten reflexionar, reorientar, mis acciones a fin de avanzar en la dirección correcta para el logro de mis objetivos.

Confío en que disfrutaras el proceso tanto como lo hice yo. Recuerda siempre desde la autocompasión.

PREGUNTAS EXPANSIVAS

¿Cuál fue el momento más importante del año?

- ¿Por qué lo fue?
- ¿Qué lograste?

¿Qué te hizo sentir orgullo este año 2022?

¿Qué aprendizajes te llevas de este año?

¿Qué continuarás haciendo en 2023?

¿Qué ya no está vigente en tu 2023?

¿Qué quieres conseguir en 2023?

- ¿Cuáles son tus 3 mejores objetivos?
- ¿Por qué lo quieres lograr?
- ¿Cómo lo vas a lograr?

¿Cuál es tu frase para el 2023?

Del 1 al 5 ¿cómo evalúas cada una de estas áreas de la rueda de la vida?

Bajo → *Excelente*

SALUD	1	2	3	4	5
FINANZAS	1	2	3	4	5
AMOR	1	2	3	4	5
CRECIMIENTO PER	1	2	3	4	5
SERVIR	1	2	3	4	5
FAMILIA	1	2	3	4	5

***Deseamos que tus deseos se hagan realidad en este 2023.
¡Nosotros seguiremos ayudándote a cumplirlos!***

Un abrazo grande,

***Lilian Aya Ramírez
www.mafalayacoach.com***

