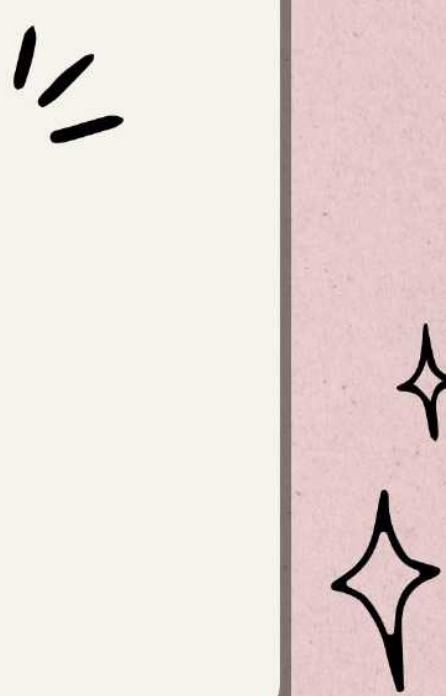




MAPA DE SENTIDO



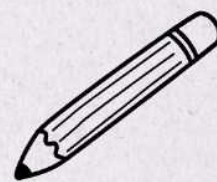
Realizado por Ana Cristell Gómez rodríguez



CORTO PLAZO
A Reconocer errores y aprender de ellos
En lugar de ocultar errores, admitirlos y utilizarlos como oportunidades de aprendizaje.

MEDIANO PLAZO
B Ser ejemplo de honestidad para otros
Inspirar a otros a actuar con honestidad a través del propio comportamiento.

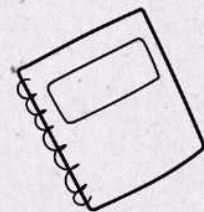
LARGO PLAZO
C Tener un negocio
Lograr trabajar en un espacio donde exista una armonía y fomentar la honestidad hacia las personas



CORTO PLAZO
A Participación activa
Involucrarme en proyectos y tareas, mostrando iniciativa...

MEDIANO PLAZO
B Crecimiento profesional
Demostrar habilidades de liderazgo y capacidad para guiar a otros destacando por mi amor por lo que hago y mi desempeño

LARGO PLAZO
C Lealtad a la familia
Priorizar el bienestar de los seres queridos, mantener relaciones familiares fuertes, transmitir valores.



1 LEALTAD
Es un valor que me ayuda a crear un ambiente de confianza y seguridad, donde las personas se sienten apoyadas y valoradas, fomentando relaciones más sólidas y duraderas.



3 RESPONSABILIDAD
La responsabilidad juega un papel muy importante en mi vida ya que me permite crecer como persona, aprendiendo de mis errores y tomando decisiones conscientes.

CORTO PLAZO
A Completar tareas diarias o semanales
Lograr concluir mis estudios y sentirme satisfecha con lo que hago

MEDIANO PLAZO
B Ahorrar para un viaje
Mantenerme enfocada en el proceso para lograr esa meta

LARGO PLAZO
C Iniciar tu propio negocio
Tener una dirección y propósito, para definir mi visión a futuro.



4 AMOR PROPIO
El amor propio es fundamental para la salud mental y emocional. Me ayuda a aceptarnos con nuestras fortalezas y debilidades, a reconocer nuestro valor y a cuidar de nosotros mismos tanto física como emocionalmente.

CORTO PLAZO
A Mayor comunicación conmigo misma
Destinarme más tiempo de calidad para conversar y conocerse mejor, expresando sentimientos y necesidades.

MEDIANO PLAZO
B Viajes
Planificar viajes que permitan conocer nuevos lugares y personas, creando recuerdos inolvidables.

LARGO PLAZO
C Construir un futuro
Comprar una casa, tener hijos, o viajar por el mundo juntos.



Obstáculos actuales

- Miedo a las emociones negativas
- Miedo al que dirán
- Miedo al fracaso



Recursos a favor

- Soy una persona muy sociable
- Me gusta apoyar a los demás
- Ser leal a las personas
- Amo pasar tiempo con mi familia



Frase personal

"La tragedia no es no alcanzar tus objetivos, la tragedia es no tener objetivos que alcanzar." - Benjamin Mays



¿Cómo me ayuda este mapa a tomar decisiones más coherentes con quien soy?

Me ayuda en relacionarme conmigo mismo y con las personas que me rodean, lograr tener en claro mis metas y mis acciones para lograrlas , tambien me ayuda en autoconocerme mis fortalezas, debilidades, pasiones y sobre todo mis emociones, visualizar mis pensamientos y sobre todo analizar las diferentes opciones disponibles y evaluar cómo cada una se alinea con tus valores y metas.