

En este primer proceso lee con atención las siguientes preguntas y por favor contéstalas ya que este formato te va a ayudar a definir cómo establecer tus objetivos en forma correcta que le permitirá a tu mente inconsciente saber claramente hacia a donde quieres ir.

1.- Definir que es lo que quieres de manera positiva y que dependa de ti, es decir que puedas iniciar y controlar las acciones que te llevaran a lograr el resultado que quieres.

2.- Tener la evidencia, ¿cómo sabrás que lo has logrado? Debe ser definida en términos visuales, sensoriales y auditivos.

3.- Que sea específica, definir contexto.

4.- En que tiempo, en que plazo

5.- Cuales recursos cuentas actualmente y cuales necesita?

6.- Consecuencias positivas y negativas de lograr tu meta

7.- Que te impide hasta ahora llegar al objetivo?

8.- Cual sería el primer paso

9.- hay mas de una manera para alcanzar el objetivo?

10.- Cuales serán los beneficios?