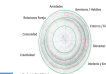


## : Mi Plan de Desarrollo Personal y Profesional



<p><b>Experiencias</b> Si el tiempo y dinero serían ilimitados y no requiero del permiso de nadie, que tipos de experiencias me gustaría tener en mi vida?</p>	<p><b>Crecimiento</b> Para poder vivir estas experiencias de vida que quiero, cómo debo crecer? En qué tipo de mujer o hombre me tengo que convertir?</p>	<p><b>Contribución</b>– camino a la autorrealización Estoy viviendo las experiencias que quiero, he crecido de manera extraordinaria, entonces como quiero retribuir a mi entorno_</p>
<p><b>Relaciones en Pareja:</b> (la calidad y Fortaleza de tus relaciones muestran la correlación más importante con el nivel de felicidad en tu vida)</p>	<p><b>Bienestar Físico:</b> Tu Salud y Estado Físico (Mientras mas saludable y en mejor forma estés, puedes hacer mas y disfrutarla)</p>	<p><b>Profesión:</b> Tu Carrera</p>
<p><b>Amistades:</b> (Te conviertes en las personas con las que compartes tiempo)</p>	<p><b>Bienestar Intelectual y Emocional:</b> Tu Vida Intelectual (Aprendiendo por Diversión para Expandir tus Conocimientos)</p>	<p><b>Bienestar Intelectual y Emocional:</b> Tu Vida Creativa (Nutre tu creatividad para que se convierta en el impulsor de varias áreas en tu vida)</p>
<p><b>Aventuras / Hobbies:</b></p>	<p><b>Profesión:</b> Tus Habilidades (Aparta 10% de to tiempo para descubrir maneras de mejorar lo que haces)</p>	<p><b>Familia:</b> Tu Vida en Familia (hijos, padres, hermanos, etc.)</p>
<p><b>Entorno / Finanzas:</b> (No es la cantidad de dinero que tienes en el banco; es el entorno y las situaciones que sacan lo mejor de mi: me inspiran y causan felicidad)</p>	<p><b>Espiritualidad:</b> Tu Vida Espiritual (Práctica(s) que traen paz interior y sabiduría; aquellas que te conectan. Deben ser descubiertas y no heredadas)</p>	<p><b>Vida en Comunidad</b> (Define tu comunidad – Cómo te gustaría contribuir a tu comunidad?)</p>

<b>Experiencias</b> Si el tiempo y dinero serían ilimitados y no requiero del permiso de nadie, que tipos de experiencias me gustaría tener en mi vida?	<b>Crecimiento</b> Para poder vivir estas experiencias de vida que quiero, cómo debo crecer? En qué tipo de mujer o hombre me tengo que convertir?	<b>Contribución</b> – camino a la autorrealización <i>Estoy viviendo las experiencias que quiero, he crecido de manera extraordinaria, entonces como quiero retribuir a mi entorno_</i>
<b>Relaciones en Pareja</b> (la calidad y Fortaleza de tus relaciones muestran la correlación más importante con el nivel de felicidad en tu vida) <ul style="list-style-type: none"> <li>Describe tu relación ideal:                Cómo se comunican?, Qué tienen en común, las actividades que realizan juntos? Qué hacen y como se sienten los días que lo pasan junto? Cómo son las vacaciones y feriados? Cuáles son los valores morales y éticos que comparten?</li> </ul>	<b>Bienestar Físico: Tu Salud y Estado Físico</b> (Mientras mas saludable y en mejor forma estés, puedes hacer mas y disfrutarla) <ul style="list-style-type: none"> <li>Nuestro Cuerpo = Nuestro Vehículo – Creencias que influyen nuestro cuerpo                Como quieres sentirte y verte todos los días? Y en 5,10 años más?,                ♦Ejercicio – el filtro de que puedes hacer mas de lo que piensas                ♦Nutrición                ♦Avanzando en edad – puedes desacelerarla o revertirla</li> </ul>	<b>Profesión: Tu Carrera</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Enfoque en Compañías: Humanidad + o Humanidad –</li> <li>Tener un sentimiento de contribución más allá de nosotros mismos a través de la carrera                Cuál es la visión de tu carrera? Qué nivel de <b>expertise</b> quieres alcanzar y por qué? Como quieres mejorar el entorno de trabajo / Compañía? Cómo te gustaría contribuir en tu área de enfoque? Cuál es el legado que quieres dejar profesionalmente?</li> </ul>
<b>Tus Amistades</b> (Te conviertes en las personas con las que compartes tiempo) <ul style="list-style-type: none"> <li>Qué experiencias te gustaría compartir con tus amigos?                Quiénes son tus Amigos con los que compartes estas experiencias? Cómo son tus amigos ideales? Imaginate tu vida social en un mundo perfecto (gente, lugares, conversaciones, actividades)                Describe el fin de semana perfecto (que de más satisfacción)</li> </ul>	<b>Bienestar Intelectual y Emocional: Tu Vida Intelectual</b> (Aprendiendo por Diversión para Expandir tus Conocimientos) <ul style="list-style-type: none"> <li>Aprender ≠ Trabajo sino Aprender = Diversión</li> <li>No Extra Tiempo (NET): convierte el tiempo improductivo en aprendizaje                Qué tienes que aprender para poder realizar las experiencias que deseas? Qué te gustaría aprender? Qué libros, cursos, películas te ayudaría a expandir tu mente y gustos? Qué tipo de arte, música o actividad quisieras aprender más? Qué idiomas te gustaría aprender?</li> </ul>	<b>Bienestar Intelectual y Emocional: Tu Vida Creativa</b> (Nutre tu creatividad para que se convierta en el impulsor de varias áreas en tu vida) <ul style="list-style-type: none"> <li>Inspiración requiere acción; cuando nos preguntamos Quién Quiero Ser...? Nuestra fluidez creativa se cierra</li> <li>Nutre tus impulsos creativos para que estos se peguen en todas las áreas de tu vida                Qué actividades creativas te encantarían hacer o te gustaría aprender? (por ejemplo: cocinar, cantar, bailar, fotografía, DJ, etc.)</li> </ul>
<b>Tus Aventuras / Hobbies</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tu das el valor a las experiencias / El valor de los objetos es dado por tu entorno. Piensa en las personas que tu consideras que tienen grandes aventuras que te gustaría experimentar                Que hacen? A dónde van? Cómo definen aventura? Qué lugares siempre haz querido visitar? Que actividades y cosas aventureras siempre haz querido experimentar? Qué tipo de aventuras te apasionan?</li> </ul>	<b>Profesión: Tus Habilidades</b> (Aparta 10% de tu tiempo para descubrir maneras de mejorar lo que haces) <ul style="list-style-type: none"> <li>Cómo me vuelco mejor en mi trabajo y profesión?</li> <li>Frecuencia de Actualización: dedica un 10% de tiempo a descubrir en que puedes mejorar                Qué habilidades me pueden ayudar a prosperar en mi trabajo y me gustaría pulir - master? Qué habilidades me gustaría aprender por mi propia satisfacción? Qué te haría feliz e orgulloso de aprender? Si tu pudieras regresar estudiar para aprender esa habilidad / especialidad por la pura satisfacción de hacerlo, que sería?</li> </ul>	<b>Familia: Tu Vida en Familia (hijos, padres, hermanos, etc.)</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Qué significa familia para ti? (define el grupo de personas que das y te traen amor, alegría, satisfacción, gozo, apoyo)                Que estás diciendo y haciendo? Qué experiencias maravillosas están viviendo junto? Qué valores quieren vivir, construir y pasar a otros en las nuevas generaciones? Quién escoges ser y cómo contribuyes en tu familia?</li> </ul>
<b>Tu Entorno / Finanzas</b> (No es la cantidad de dinero que tienes en el banco; es el entorno y las situaciones que sacan lo mejor de mí: me inspiran y causan felicidad) <ul style="list-style-type: none"> <li>No es la cantidad de \$\$\$\$\$\$ en el banco. Estos son los entornos y situaciones que dejan salir lo mejor de ti: te inspiran y te hacen feliz                Como se ve tu casa? Como se siente regresar todos los días a ella? Qué tipo de vehículo manejas? Que tipo de restaurants y lugares visitas con tus seres queridos, hijos? Cuál es tu lugar ideal sin lugar a duda? Cuál es el siguiente lugar ideal?</li> </ul>	<b>Espiritualidad: Tu Vida Espiritual</b> (Práctica(s) que traen paz interior y sabiduría; aquellas que te conectan. Deben ser descubiertas y no heredadas) <ul style="list-style-type: none"> <li>Nuestra esencia es difícil de describir y/o medirla</li> <li>Prácticas que nos brinde paz y sabiduría: debe ser descubiertas y no heredadas                En qué valores espirituales tu crees y por qué_ Dónde te encuentras con tu espiritualidad hoy y dónde te gustaría estar? Qué te gustaría aprender?</li> </ul>	<b>Tu Vida en Comunidad</b> (Define tu comunidad – Cómo te gustaría contribuir a tu comunidad?) <ul style="list-style-type: none"> <li>Giving – Bill Clinton book-- 6 Ways to Giving:                Cuáles son las causas (voluntariados) que apoyas, creas, donas tu: tiempo, dinero, ideas u otros medios.</li> <li>Cuales son los valores que escoges y compartes para servir un propósito mas allá de ti mismo                Como te gustaría contribuir a tu comunidad?</li> </ul>