**PARA LOGRAR OBJETIVOS**

1. ¿Qué quieres lograr?

Quiero poder ser un referente para mis amigos y colegas, ser esa persona a quien acudan por consejos, ser guía en situaciones donde se encuentren perdidos.

¿Referente con respecto a qué tema?

1. ¿Depende de vos?

Si, para poder ser ese referente para otro, tengo que poder serlo primero para mi, tengo que poder ser mi propia guía.

¿Hacia dónde te guiarías si fueses tu referente?

1. ¿Cuál será el resultado al alcanzar el objetivo?

Al afectar directamente los vínculos y la perspectiva general, se va a destrabar el plano vincular y laboral, de manera positiva.

¿De qué manera estás trabada hoy en tu trabajo y tus vínculos?

1. ¿Cómo sabrás cuando lo hayas logrado?

Haciendo un análisis y reflexionando, en parte ya lo soy. Me di cuenta que lo que quiero no es alcanzarlo, sino mejorarlo. Tener más alcance, poder hacerlo a mayor escala, donde más que consejo pueda hacer algo para cambiar las cosas. Voy a sentirme tranquila, acompañada y confiada de que puedo hacerlo porque puedo serlo.

¿Qué querés cambiar específicamente?

¿Qué parte de tu trabajo como referente no te genera confianza y te intranquiliza?

1. ¿Qué verás, oirás y sentirás cuando hayas alcanzado tu objetivo?

Veré los problemas de manera analítica, con el foco en la solución del conflicto, sin perder de vista el objetivo. Veré la vida desde lo positivo, sabiendo que hay aspectos negativos, pero sin ese filtro que oscurece todo. Sentiré confianza en lo que estoy haciendo, sin dudar de mí.

¿Desde dónde ves la vida hoy?

¿De qué manera específica dudas de vos hoy?

1. ¿Cuándo, dónde y con quién quieres lograr tu objetivo? ¿Hay algún momento en que no lo desees?

Lo quiero lograr tanto con mis amigos, como con colegas, poder ser referente. No desearía que, por serlo, y que genere un puesto de liderazgo en lo laboral, implique una desvinculación con mis actuales pares.

¿De qué manera liderar implica desvincularse de los pares?

1. ¿De qué manera lograr este objetivo cambiará tu vida?

Implicaría un crecimiento tanto personal y laboral como con los vínculos. Contaría con más recursos para poder hacer de mi vida cosas que quiero hacer y que hoy dia, tal vez por miedo, o por no saber cómo, me estoy perdiendo.

¿Miedo a qué específicamente?

¿Qué harías hoy si no tuvieses miedo?

1. ¿Con qué recursos cuentas para alcanzar el objetivo?

Con capacitaciones, reflexiones, guías que me acompañan.

¿Y con qué recursos internos contás? Creencias, actitudes, capacidades, habilidades de comunicación, etc.

1. ¿Qué necesitas para lograrlo?

Incorporarlo, entenderlo y aplicarlo.

1. ¿Qué te impide alcanzarlo?

Mi propio miedo que me frena a intentarlo.

¿Miedo a qué?

¿Cuál es la intención positiva de ese miedo?

1. ¿Cómo sabrán los demás que alcanzaste tu objetivo?

Me verán como referente, me verán en paz

¿Qué te impide estar en paz hoy?

1. ¿Cuál será el primer paso para lograr tu objetivo?

Aceptar que a pesar de tener miedo, las ganas son más grandes.

El miedo esconde información importante para alcanzar tu objetivo.

Ubicá el miedo en tu cuerpo, imaginate dando el primer paso hacia tu objetivo y sentí el miedo en tu cuerpo, ¿en qué parte se siente más fuerte?

Si eso que sentís en tu cuerpo pudiese hablar: ¿qué diría?

1. ¿Cuáles serán los siguientes?

Buscar los recursos, interiorizarme conscientemente dentro de este curso y de otros, acallar mi cabeza cuando me dice que no puedo cegada por el miedo, y hacerle caso a mi intuición.