**CUESTIONARIO DE LA BUENA FORMA**

1. ¿Qué quieres lograr? Comenzar a estudiar la carrera de psicología

¿Qué te lo impide?

1. ¿Depende de vos? si
2. ¿Cuál será el resultado al alcanzar el objetivo? Poder trabajar profesionalmente

¿Poder trabajar profesionalmente es el resultado de empezar o de terminar la carrera?

1. ¿Cómo sabrás cuando lo hayas logrado? Cuando apruebe las materias
2. ¿Qué verás, oirás y sentirás cuando hayas alcanzado tu objetivo? Veré un trabajo que disfrute, oiré a los pacientes y sentiré alegría por haber cumplido el objetivo.

Este es el resultado de haber terminado la carrera.

Para terminar la carrera antes tenés que cursar y aprobar los exámenes necesarios. ¿Qué vas a ver, qué vas a oír y qué vas a sentir cuando estés estudiando y aprobando los exámenes?

1. ¿Cuándo, dónde y con quién quieres lograr tu objetivo? ¿Hay algún momento en que no lo desees? El tiempo estipulado es de aproximadamente 10 años. El objetivo lo realizaré sola. El momento que me da inseguridad, es la preocupación por el poco tiempo para estudiar.

Si bien es un objetivo personal, para alcanzarlo vas a necesitar el apoyo de otras personas: compañeros de estudio, familia, profesores, etc. ¿Quiénes y de qué manera te van a acompañar para alcanzar el objetivo?

¿De qué manera vas a priorizar el tiempo para estudiar?

1. ¿De qué manera lograr este objetivo cambiará tu vida? Será otra fuente de ingreso económico y ampliará mis conocimientos, tanto para mi autoconocimiento como el de los demás, para ayudarlos con herramientas claras.
2. ¿Con qué recursos cuentas para alcanzar el objetivo? Con un trabajo que me permite pagar la carrera y las ganas de cursarla.
3. ¿Qué necesitas para lograrlo? Me gustaría tener más tiempo libre.

¿Tiempo libre para qué?

1. ¿Qué te impide alcanzarlo? La falta de tiempo por múltiples obligaciones.

¿Cuáles obligaciones específicamente?

¿De qué manera vas a gestionar tu tiempo y tus obligaciones para priorizar tus estudios?

1. ¿Cómo sabrán los demás que alcanzaste tu objetivo? Cuando se los cuente.
2. ¿Cuál será el primer paso para lograr tu objetivo? La voluntad

¿Recordás otras experiencias de tu vida en las que alcanzaste un objetivo gracias a tu voluntad?

¿Cómo se sentía tener voluntad? ¿Qué hacías diferente, qué actitudes tenías y qué creencias te motivaban cuando tenías voluntad para alcanzar un objetivo?

1. ¿Cuáles serán los siguientes? Organización y administración de tareas y tiempo.