



PLAN DE CRECIMIENTO PERSONAL

01. LEY DE LA INTENCIONALIDAD



FECHA:

TOTAL DE PUNTOS

La ley de la intencionalidad dice que nuestro crecimiento personal no viene por sí solo, debemos aplicar un plan consciente de crecimiento en las diversas áreas de nuestra vida.

Como primer paso será importante que hagas una evaluación honesta y consciente acerca de tus brechas de crecimiento y en dónde puedes estar limitando el mismo.

Revisa la siguiente lista y califica según tu caso del 1 al 5 qué tanto influye esta brecha en tu crecimiento, al final haz la sumatoria de tus puntos y regístralos.

1. BRECHA DE LA SUPOSICIÓN

Supongo que el crecimiento viene por sí solo con las experiencias de la Vida.

1 2 3 4 5

2. BRECHA DEL CONOCIMIENTO

No se cómo crecer, no tengo plan ni estrategia alguna.

1 2 3 4 5

3. BRECHA DEL MOMENTO

No le he dado el tiempo necesario, siento que este no es el momento para ello.

1 2 3 4 5

4. LA BRECHA DEL ERROR

Me da miedo cometer errores, fracasar al intentar algo para crecer.

1 2 3 4 5

5. LA BRECHA DE LA PERFECCIÓN

Tengo que encontrar la mejor manera, el mejor curso, la persona correcta etc... antes de comenzar

1 2 3 4 5

6. BRECHA DE LA INSPIRACIÓN

No tengo ganas de hacerlo, no me siento con motivación.

1 2 3 4 5

7. BRECHA DE LA COMPARACIÓN

Constantemente me siento en desventaja que otros, hay muchos mejores que yo.

1 2 3 4 5

8. BRECHA DE LA EXPECTATIVA

Pensaba que el reto del crecimiento sería más fácil, frecuentemente no alcanzo las expectativas propias.

1 2 3 4 5



02. CRECER POR ACCIDENTE O INTENCION



FECHA:

TOTAL DE PUNTOS

Tendemos aniquilarnos en la vida, entramos en "MODO FÁCIL" y pocas veces se hace el intento para salir de él, aunque muchas veces eso nos esté llevando en una dirección equivocada. Después de un tiempo sólo nos dejamos llevar y si aprendimos algo puede que sea debido a un FELIZ ACCIDENTE.

NO PERMITAS QUE ESTO TE OCURRA!!. La diferencia entre un surco y la tumba es la longitud. ¡COMO SABES SI HAS ENTRADO EN UN SURCO? Revisa ambas Listas y subraya la declaración de cada lista que coincida con tu actual forma de crecimiento. Observa de que lado se inclina la balanza (No olvides ser totalmente honesta)

CRECIMIENTO ACCIDENTAL

- Frecuentemente pienso comenzar mañana.
- Espero a que llegue el crecimiento
- He aprendido tan solo de los errores
- No he tenido muy buena suerte
- Abandono proyectos pronto y a menudo
- No he formado buenos hábitos
- Hablo mucho, actúo poco
- Me gusta jugar a lo seguro
- Me he puesto frecuentemente en posición de víctima.
- Confío demasiado en el talento.
- Dejé de aprender y capacitarme después de graduarme.

CRECIMIENTO INTENCIONAL

- Insisto en comenzar desde hoy
- Asumo toda las responsabilidad de mi crecimiento.
- A menudo aprende antes de equivocarme
- Confío en el trabajo duro
- Persevero mucho y duro
- Lucho cada día por conseguir buenos hábitos
- Concluyo lo que empiezo
- Tomo riesgos, con los proyectos, con las personas y con lo nuevo
- Pienso como un participante, me gusta ser alumno
- Después de graduarme he buscado las herramientas necesarias para seguir creciendo.



04. CRECER POR ACCIDENTE O INTENCIÓN



FECHA:

TOTAL DE PUNTOS

Revisa tu lista de los 50 Pendientes que escribiste y Colócalos en una Cierta Categoría. Al hacerlo, al finalizar de todo el proceso podrás identificar que de manera inconsciente tienes ciertas prioridades. A lo que más inviertes tiempo es en donde verás mayores resultados. Con esta evaluación, podrás hacer una estrategia para comenzar a planear un crecimiento más balanceado de acuerdo a las áreas que requieras Fortalecer.

HACERLO AHORA

URGENTE - IMPORTANTE

DECIDIR CUANDO HACERLO

IMPORTANTE - NO URGENTE

DELEGARLA

URGENTE - NO IMPORTANTE

TAREA

PERSONA

HACERLA MÁS ADELANTE/ OLVIDARLA

NI URGENTE - NI IMPORTANTE



05. CATEGORIZA



HÁBITOS

SALUD

CASA

RELACIONES INTERPERSONALES

FINANZAS

SERVICIO





PLAN DE ACCIÓN

Una vez Categorizados tus pendientes, comienza a colocarles un tiempo de cumplimiento y conforme las vayas concluyendo, táchalas de tu lista hasta concluir al máximo tus pendientes. En la medida que puedas, repite este ejercicio cuantas veces sea necesario.

COSAS POR HACER HOY

COSAS POR HACER LA SIGUIENTE SEMANA

¿QUÉ SIGUE? AGENDA





¿QUÉ SIGUE? AGENDA

PLAN DE ACCIÓN

COSAS POR HACER EN LOS PRÓXIMOS DOS MESES

COSAS POR HACER EL SIGUIENTE AÑO

EVALÚA

¿La mayoría de tus pendientes quedaron en los últimos cuadrantes?, si es así, tienes que seguir accionando con mayor rapidez ante tu crecimiento.

