
RETO TALLER DE CRECIMIENTO PERSONAL 4

TU GPS DE VIDA



The Lemon Tree
Education

Alexandra Barragán
.coach

ELIGE HACIA DÓNDE QUIERES IR



"La gente con metas triunfan porque
saben a dónde van"

Earl Nightingale.

Hacer en familia:

- Diseñar la vida ideal de padres y estudiantes,
- Objetivos de este año a nivel
 - Personal
 - Social
 - Profesional/educativo

Ejemplo:

Hija: Susana

Padre: Felipe

Vida ideal de Susana: Ser empresaria, tener un negocio de marketing, vivir en la casa de sus sueños frente al mar, tener hábitos de vida sanos (alimentación, hacer deporte...), tener tiempo para realizar sus hobbies, viajar y formar una familia.

Vida ideal de Felipe: Reducir el tiempo dedicado al trabajo para pasar más tiempo en familia, mudarse a una zona más tranquila, retomar el baloncesto que le encanta y hacer senderismo por la montaña.

Objetivos Susana:

- Personal: reducir el tiempo en RRSS y retomar la lectura, hacer más deporte
- Social: Con la familia pasar más tiempo de calidad sin teléfono y con los amigos poder tener al menos una tarde a la semana juntos.
- Educativo: Sacar este año de media un 9 y poder tener conversaciones más fluidas en inglés.

Objetivos Felipe:

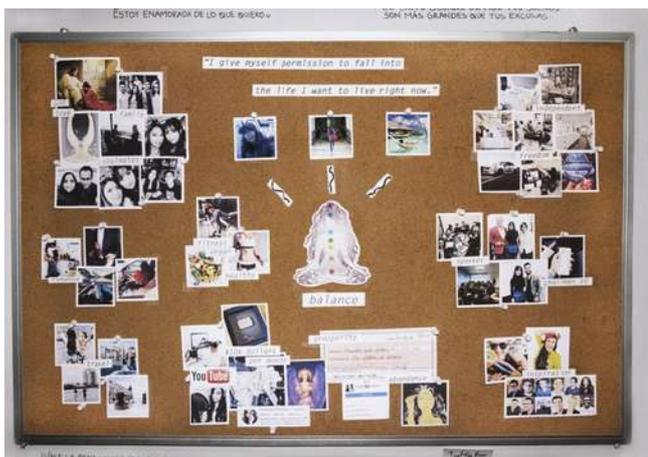
- Personal: Apuntarse de nuevo a baloncesto y terminar todos los días 1 hora antes para salir a caminar.
- Social: con la familia pasar más tiempo de calidad, reservar espacios solo para estar con la familia sin cosas del trabajo y quedar con los amigos al menos una tarde al mes.
- Profesional: reducir una hora la jornada de trabajo, ser más productivo en las jornadas laborales y delegar más en su equipo.

Hacer en familia - VISUAL BOARD / TABLÓN DE VISIÓN

Coge una cartulina o un corcho, busca fotos en internet que representen lo que cada uno quiere lograr en este año y haz un collage con las fotos. Hazlo bonito, no te dejes ni un solo objetivo por poner y después ponlo en un lugar en el que lo puedas ver cada día.

Podeís hacer uno por familia con los objetivos de todos divididos por partes o que cada uno que tenga el suyo. Te dejo algunos ejemplos.

Cuando realicéis el reto y me lo enviáis por email y tendréis LA CUARTA ESTRELLA FAMILIAR.



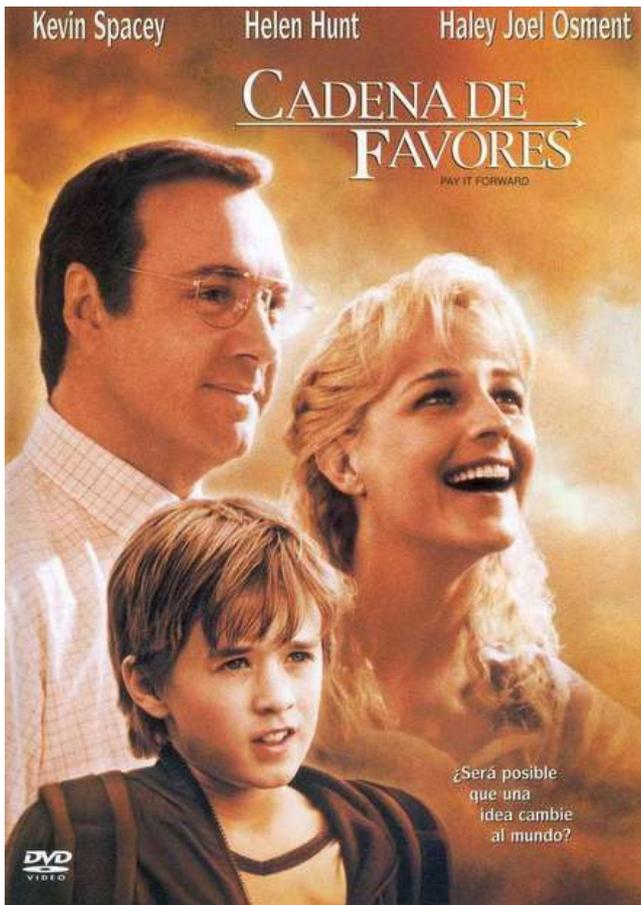


**Envia tu respuesta a
coach@tlteducation.com**



RECURSOS RECOMENDADOS

2 PELÍCULAS



Cadena de favores

Coach Carter

