



LOS MOMENTOS IMPORTANTES DE CAMBIO

A menudo tomamos las decisiones más importantes de nuestra vida tras un momento emocionalmente intenso, vamos a analizar tres decisiones importantes que tomaste a lo largo de tu vida y veremos cuáles fueron las emociones motor que te impulsaron a tomarlas.

Situación 1 - Describe la situación

¿Qué emoción intensa te sirvió de motor para efectuar ese cambio?

¿Fue una emoción positiva?

¿Fue una emoción negativa?

Situación 2 - Describe la situación

¿Qué emoción intensa te sirvió de motor para efectuar ese cambio?

¿Fue una emoción positiva?

¿Fue una emoción negativa?

Situación 3 - Describe la situación

¿Qué emoción intensa te sirvió de motor para efectuar ese cambio?

¿Fue una emoción positiva?

¿Fue una emoción negativa?
