ENTRENAMIENTO

¡BASTA DE SUBESTIMAR TU POTENCIAL! ¡COMIENZA A VALORARLO!

3 trampas que te tienen subestimando, e incluso negando, tu potencial.

TRAMPA #2: SIGNIFICADO QUE HAS DADO A "DAR LO MEJOR DE TI EN TODO"

HOJA DE TRABAJO

La mejora constante

"¡Puedo hacerlo mejor!"

¿Cuándo o cuánto será suficiente?

Para responder esta pregunta, intenta completar las siguientes frases (y hay espacio para escribir las tuyas propias) que te dices cuando crees que "tu preparación y calidad aun podrían ser mejores" (y por eso te detienes a avanzar) Completa las que te vayan bien. (Puedes duplicar, omitir o añadir)

- Ya que _____ estará listo.
- Cuando _____ empezaré.
- Si hago _____ podré ganar más.
- Solo me falta _____ para ser experto.
- Si tuviera _____sería suficiente.
- Si yo fuera más _____ sería fácil.

Escribe las tuyas propias:

- _____
- _____
- _____

Piensa 3 escenarios que en el pasado también pensaste que con ese "algo" sería suficiente.

- _____
- _____
- _____

ENTRENAMIENTO

¡BASTA DE SUBESTIMAR TU POTENCIAL! ¡COMIENZA A VALORARLO!

3 trampas que te tienen subestimando, e incluso negando, tu potencial.

TRAMPA #2: SIGNIFICADO QUE HAS DADO A "DAR LO MEJOR DE TI EN TODO"

HOJA DE TRABAJO

Ser experto en todo.

Lista TODAS las áreas (habilidades, conocimientos, actividades, talentos) en los que te has esforzado y has logrado el expertise.

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

"Únicamente el gran esfuerzo merece grandes recompensas"

¿En qué ocasiones has creído que sería un abuso o presunción decir que algo te fue fácil? ¿Qué no te atreverías a cobrar bien porque no implicó un gran esfuerzo para ti?

_____
_____
_____
_____

¿En qué áreas crees que todavía no das el ancho, no crees que ya es suficiente o que te falta algo?

_____
_____
_____
_____

¿Qué ha implicado en tus resultados el significado que has dado a dar lo mejor de ti?

_____
_____
_____

ENTRENAMIENTO

¡BASTA DE SUBESTIMAR TU POTENCIAL! ¡COMIENZA A VALORARLO!

3 trampas que te tienen subestimando, e incluso negando, tu potencial.

TRAMPA #2: SIGNIFICADO QUE HAS DADO A "DAR LO MEJOR DE TI EN TODO"

HOJA DE TRABAJO

Reflexiones sobre "Dar lo mejor de ti"

¿De qué te das cuenta con este ejercicio? ¿Qué revelaciones te trae? (Escribe todo lo que venga a tu mente)

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Decide hoy: ¿Cuándo y cuánto será suficiente?

_____
_____
_____
_____

SI TIENES REVELACIONES, NO DEJES DE COMPARTIRMELAS VIA EMAIL a: tzduran@tzduran.com

Con el asunto: REVELACIONES DEL SIGNIFICADO QUE HE DADO A "DAR LO MEJOR DE MI" ¡Yo misma te responderé para abrirte a nuevos descubrimientos!

No te pierdas la secuencia de videos de este entrenamiento. CADA TRAMPA ESTÁ DISEÑADA PARA QUE DESCUBRAS ALGO NUEVO Y LOGRES PRONTO ESA PROMESA QUE TIENES PARA TI.

Sígueme en : TZ DURAN en Instagram