

ACTITUD A UN CLIC



GUÍA DE TRABAJO DE MERECIMIENTO Y ABUNDANCIA



E

EJERCICIO



DIA 12. DESCUBRETE A TI MISMA SUEÑOS Y DESEOS

EJERCICIO DIA 12 SUEÑOS Y DESEOS



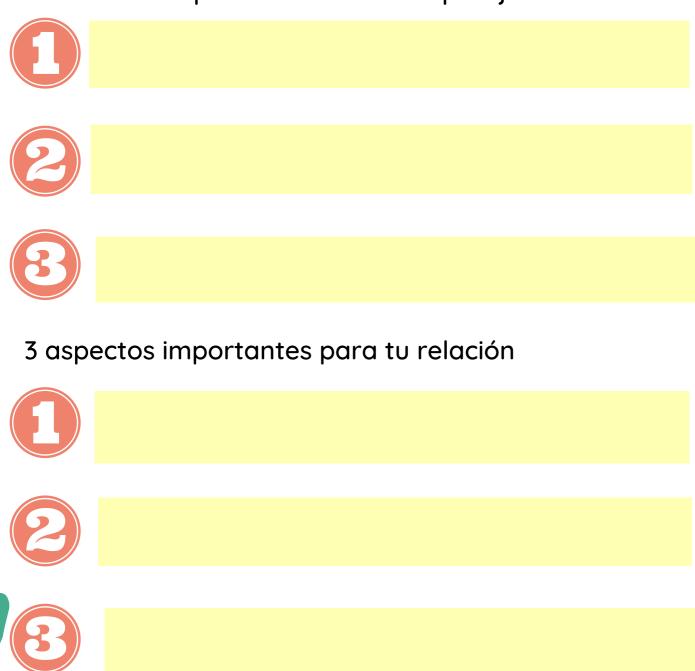
¿Algo que te gustaria cambiar en tu vida?
¿Algo que te gustaría cambiar de ti misma?
¿Algo que te gustaría aprender en un abrir y cerrar de ojos?

EJERCICIO DIA 12



SUEÑOS Y DESEOS

3 cualidades que debería tener tu pareja



EJERCICIO DIA 12 SUEÑOS Y DESEOS



¿A qué edad te jubilarás?				
¿Cómo pasarás los últimos años de tu vida?				
: A qué 5 personas invitarías a tu última cena?				

EJERCICIO DIA 12



SUEÑOS Y DESEOS

Cúal sería el menú de tu última cena 1º PLATO	
2° PLATO	
3° PLATO	
¿Cómo te gustaría que te recordara la gente en t funeral?	tυ

Alguien que de ninguna manera te guataría que hablara o viniera a tu funeral

EJERCICIO DIA 12 SUEÑOS Y DESEOS



El suello que se le lla repetido mas de una vez	

¿Qué sueño se ha hecho realidad o ha resultado ser cierto?



Un sentimiento que no te gusta mostrar

Un sentimiento que tienes con más frecuencia

El sentimiento que tienes con más frecuencia últimamente en estos últimos días

Un momento en que has sido muy feliz

¿Qué te haría sentir celos?



Qué	música	te	pone	sentime	ental?

¿A qué te recuerda esa música?

¿Qué necesitas cuando te sientes feliz?

¿Qué necesitas cuando estás triste?



¿Qué necesitas cuando estás enfadada?
¿Qué necesitas cuándo estás enamorada?
¿Qué necesitas cuando te sientes sola?
¿Qué noticia te haría saltar y bailar de alegría?



¿En que casos te enfadas contigo misma?

¿Qué te ha hecho reír esta semana o con quien te has reido?

¿Con qué colores identificas los siguientes sentimientos?

Miedo

Amor

Felicidad

Tristeza

Rabia

Culpa

Soledad

¿QUIEN SOY?





Joanaina Barceló

Educadora social, mediadora familiar, conferencista y coach de logros mentora de mentoras



Algunas de mis formaciones



PROGRAMAS



-Amor a un clic
acompañamiento 1:1
-¡Elígete!, enamórate de ti de
acompañamiento 1:1.
Elígete enamórate de ti grupal
Certificación como coach de
relaciones tóxicas
Taller grupal "libre de
relaciones tóxicas



Contacto



hola@formacionaunclic
Instagram: @actitud_a_un_clic
https://formacionaunclic.com