

DESTRUYE LA PROCRASTINACIÓN



REVISA TUS NUEVOS HÁBITOS

REVISA TUS NUEVOS HÁBITOS

Con el fin de identificar cuales hábitos están siendo útiles en nuestro proceso, es importante revisarlos a menudo y si es necesario, buscar alternativas que se adapten mejor a nuestras necesidades.

Cada vez que tengas la oportunidad responde las siguientes preguntas (al comienzo, este proceso puede hacerse frecuentemente, con el pasar del tiempo reconocerás que debes mejorar y no necesitarás repetirlo a menudo):

Diariamente:

¿Que funcionó bien el dia de hoy?

¿Que puedo mejorar?

¿Mantuve los hábitos que me propuse?

¿Me esforcé en ser hoy 1% mejor que ayer?

¿Que errores puedo reducir mañana?

Semanalmente:

¿Como fue el promedio de mi desempeño esta semana?

¿De que manera influenciaron mis hábitos este desempeño?

¿Están mis hábitos alineados con mi propósito?

¿Hice modificaciones y mejora a mis hábitos esta semana?

¿Qué puedo mejorar en esta nueva semana?

*Destruye la
procrastinación*