SENTIR, PENSAR, HACER

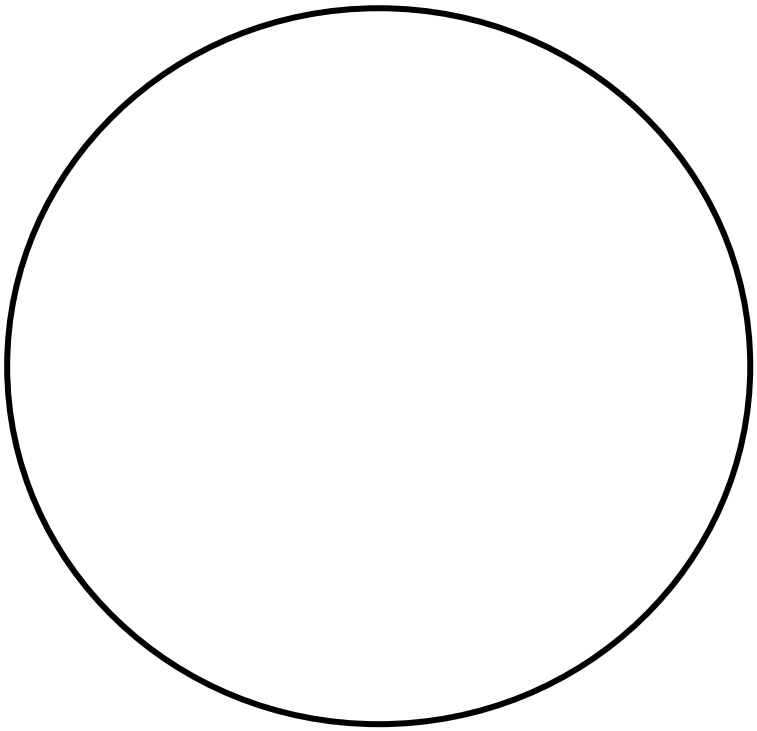
Intenta hacer una primera evaluación de tu estilo habitual de comportamiento. Fíjate en esta temporada de tu vida; no importan épocas pasadas… por ahora.

No vayas demasiado rápido. Piensa y responde a estas preguntas:

- ¿Cuál es tu manera frecuente de desbordarte?

- ¿Qué dimensiones de tu vida tienden a bloquearse?

- ¿Tienes comportamientos de fuga?

- ¿Qué te dicen las personas que te rodean de todo esto?

Distribuye entonces las proporciones de SENTIR, PENSAR, HACER