



Objetivo del ejercicio

Saber tomar decisiones respetando aquello que más valoras en tu vida.

Coste: 0€



Haz una lista de 3 cosas

Anota en un papel o en tu Smartphone las 3 cosas que consideras más importantes en tu vida. Ordénala de mayor a menor: 1 será lo más importantes, 3 lo menos importante.



Lleva esa lista siempre contigo

Será una lista a la que recurrirás a menudo así que conviene no olvidarla.



Consulta tu lista

Siempre que debas tomar una decisión importante consulta tu lista de 3 cosas. Analiza si la decisión que tomas beneficia o perjudica a esas 3 cosas. Si las perjudica no tomes esa decisión, si las mejora tómalas sin dudarlo.