

¡HEMOS ACABADO EL AÑO Y POR ELLO QUEREMOS FELICITARTE POR LLEGAR HASTA AQUÍ! COMO TE DIJIMOS AL INICIO, ESPERAMOS QUE NO HAYA SIDO UN AÑO CUALQUIERA, SINO ¡EL MEJOR INICIO DE TU VIDA! EL 2025 TUVO 365 DÍAS, 8,760 HORAS Y MÁS DE MEDIO MILLÓN DE MINUTOS QUE SÓLO TÚ DECIDISTE CÓMO INVERTIRLOS, POR LO QUE ES TIEMPO DE REFLEXIONAR SOBRE EL BALANCE DE ESA INVERSIÓN DE TIEMPO.

## CONSEJOS!

NO TE JUZGUES!  
TODOS HACEMOS LO  
MEJOR QUE PODEMOS CON  
LO QUE TENEMOS.

ENFÓCATE Y  
RECUERDA TODO LO  
POSITIVO

A LAS ÁREAS  
DE MEJORA  
O APRENDIZAJE, HAZ  
UNA LISTA SOBRE CÓMO  
INCORPORARLAS EN EL  
PRÓXIMO AÑO

1

DEL 1 AL 10:  
¿CÓMO TE SIENTES  
CON RESPECTO A ESTE  
AÑO QUE TERMINA?

1 \_\_\_\_\_  
2 \_\_\_\_\_  
3 \_\_\_\_\_  
4 \_\_\_\_\_  
5 \_\_\_\_\_

6 \_\_\_\_\_  
7 \_\_\_\_\_  
8 \_\_\_\_\_  
9 \_\_\_\_\_  
10 \_\_\_\_\_

2

¿CÓMO ERES DE  
DIFERENTE CON  
RESPECTO AL INICIO  
DE AÑO?

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

3

¿QUÉ COSAS TE HAN  
HECHO CRECER?

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

4

DESCRIBE  
POR QUÉ O POR QUIÉNES  
AGRADECES MÁS

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

5

DESCRIBE  
EN DETALLE AL MENOS  
5 DE TUS GRANDES  
TRIUNFOS

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

6

DESCRIBE  
EN DETALLE AL MENOS  
5 DE TUS GRANDES  
APRENDIZAJES

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

7

DESCRIBE  
LOS MOMENTOS QUE  
MÁS TE LLENARON DE  
FELICIDAD

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

8

REVISAR CADA UNA  
DE TUS METAS Y  
REFLEXIONAR COMO TE FUE  
CON ELLAS. ¿QUÉ TANTA  
SATISFACCIÓN SIENTES  
CON LO LOGRADO?

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9

SI HAY ALGO QUE  
DESEES NO REPETIR O  
DEJAR DE HACER,  
¿QUÉ SERÍA?

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

10

BASADO EN TODO  
LO APRENDIDO Y VIVIDO,  
¿QUÉ CONSEJOS TE DARÍAS  
EN EL AÑO QUE ESTÁ POR  
COMENZAR? INCORPORA  
ESOS CONSEJOS EN TU  
PLAN DEL PRÓXIMO  
AÑO.

○ \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_





