

# Mi meta-plan-hacer-revisar

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

## META

¿Qué quiero hacer?

¿Por qué es esto importante para mí?

## PLAN

¿Qué pasos tomaré?

¿Cómo lo haré? ¿Cuándo? ¿Dónde?

¿Qué puede interponerse en mi camino? ¿Qué podría hacer para superar estos retos?

# Mi meta-plan-hacer-revisar

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

## HACER

¿Cuál pequeño primer paso tomaré?

¿Cómo me recompensaré?

¿Con quién voy a chequear?

¿Qué me ayudará a mantenerme animado y encaminado?

Lo haré antes del: \_\_\_\_\_

## REVISAR/ MODIFICAR

¿Qué salió bien?

¿Cómo fue en general?

¿Qué se interpuso en mi camino y qué estrategias me ayudaron?

¿Qué puedo hacer diferente la próxima vez?