



Plan de Cambio

Cambio que quiero hacer:

¿Por qué es tan importante hacer este cambio para mí? (1-10)

¿Cuanto confianza tengo en hacer este cambio? (1-10)

Cuales son la razones más importantes para hacer este cambio:

Los pasos que tomaré para hacer este cambio:

¿quién me puede ayudar y cómo?:

Sabré que mi plan esta funcionando cuando:

Algunas cosas que pueden interferir con mi plan:

