



10 INGREDIENTES PARA LA TRANSFORMACIÓN PERSONAL Y ORGANIZATIVA

**#MINIGUÍA2 –
PARTE 1**

Por Ana Asensio,
autora de
Vidas en Positivo y
colaboradora de
think&action





**¡COCINANDO EL
RIESGO DE
ATREVERSE,
COMPARTIR,
CRECER Y VIVIR!**

1. DETERMINACIÓN

Todo nace de una
decisión:
pensamiento +
acción





2. CONSCIENCIA Y HUMILDAD

Questionarse



3. APERTURA:

Despojamos viejos
esquemas para dar
bienvenida a los
nuevos. SOLTAR



4. FLEXIBILIDAD:



Entrenar para
adaptarse a
nuevas formas
de Ser y Estar

5. COMPROMISO:

Aplicar un

SÍ

grande



**Nada sucede
sin antes tener
un sueño:**

PRÓXIMAMENTE

receta,
preparación
y cocinado.

