

Mentoría Grupal Slow | Workbook No. 2 post encuentro

Semana 1

# Mentalidad Emprendedora

Indagando las creencias

**USINA**

# SOBRE ESTE WORKBOOK

Wooooo que hermoso e intenso encuentro.

Enfocamos mucho en las creencias que pueden estar obstaculizando tu crecimiento.

En este documento de trabajo te propongo seguir indagando en ellas y de esta forma prepararte para la semana que viene que vamos a comenzar a trabajar sobre tu emprendimiento.

A continuación te enumero algunas cosas que pueden estar obstaculizando tu flow.

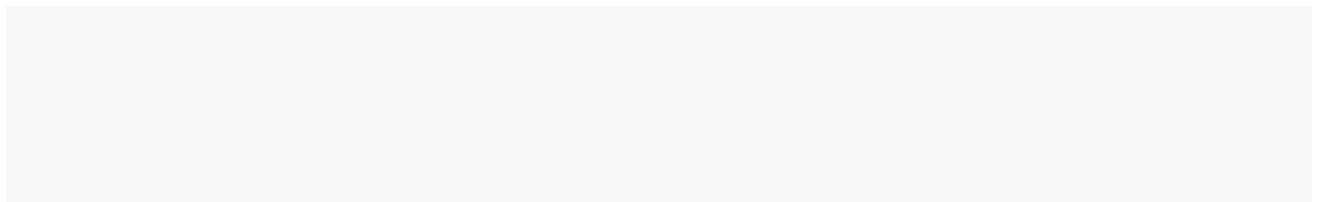
Ahora si, empecemos....

# Creencias

Ellas son las responsables de muchos de los resultados que estás obteniendo hoy en día. Algunas aparecen en modo excusa y otras pueden paralizarse. Hacerlas conscientes es el primer paso.

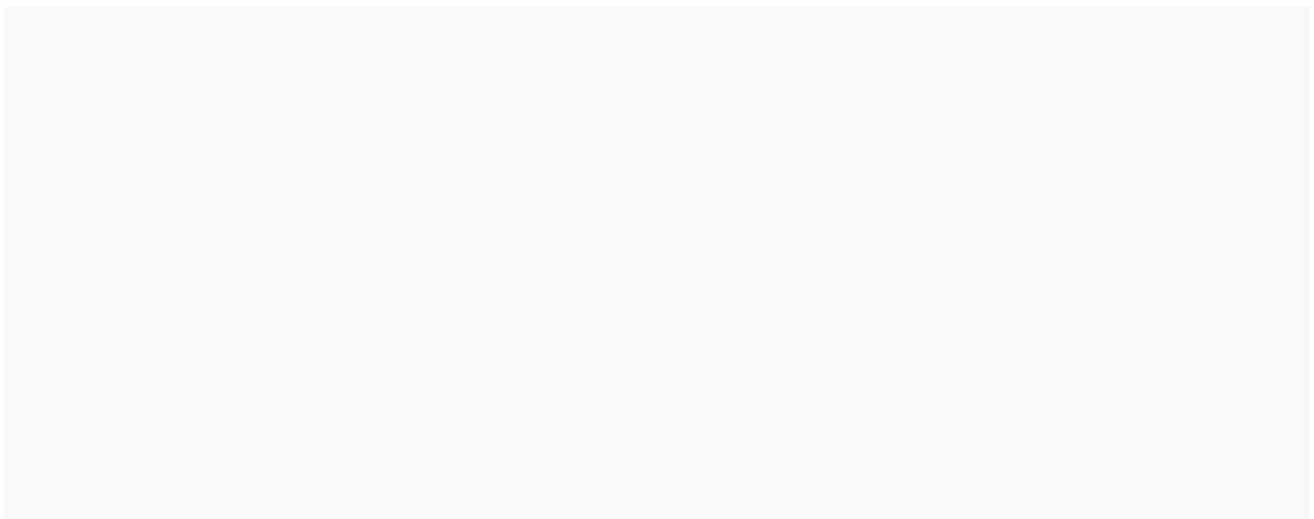
Algunas creencias limitantes más frecuentes: perfeccionismo, no es el momento, comparaciones, desconfianza, inseguridad, miedo al éxito, al fracaso y al rechazo.

¿Qué creencia está limitando tu expansión?



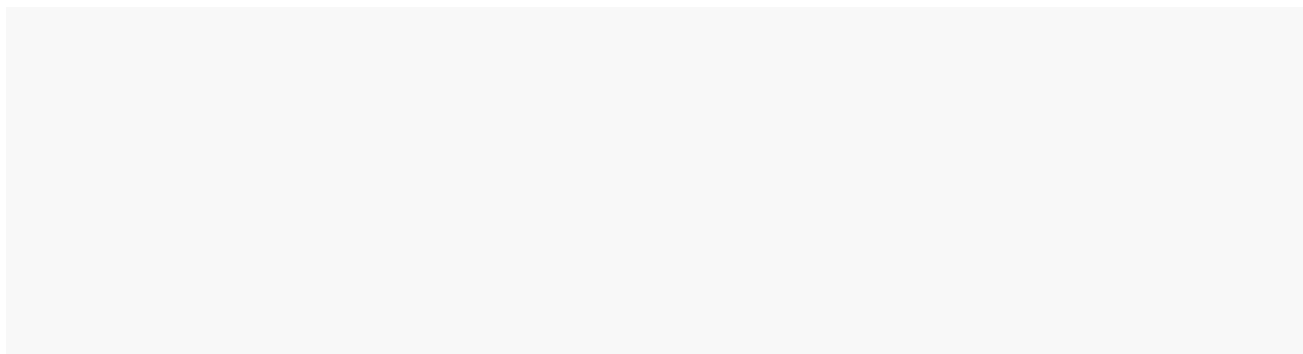
Sustituí esas creencias por otras posibilitantes para reprogramar tu mente y anotalas en un lugar visible para verlas todos los días *(puede ser el espejo del baño, en tu tablero de inspiración, de fondo de pantalla de la compu).*

Elegí 3 pensamientos que te cierran oportunidades de crecimiento y convertilos en apertura.

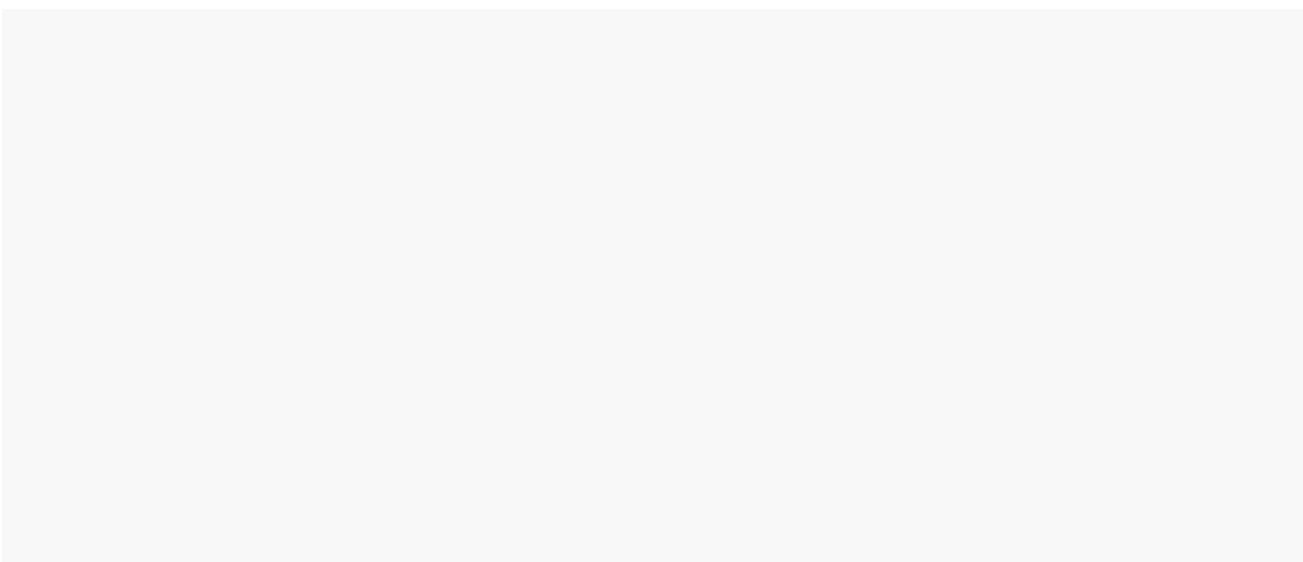


Centrate en concretar tus objetivos y no llegar a la perfección. Si te equivocás es parte del aprendizaje, permititelo.

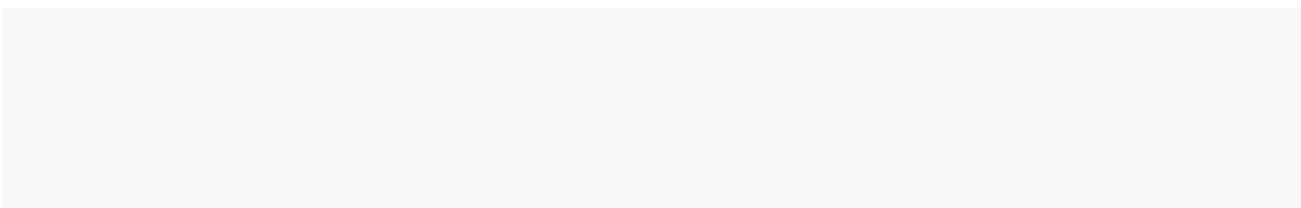
Escribí 3 cosas hermosas que querés que te pasen



Definí para vos lo que es el éxito, de esta forma desterrás el concepto que te impone la sociedad.



**UN CLICK DE TUS RESPUESTAS**

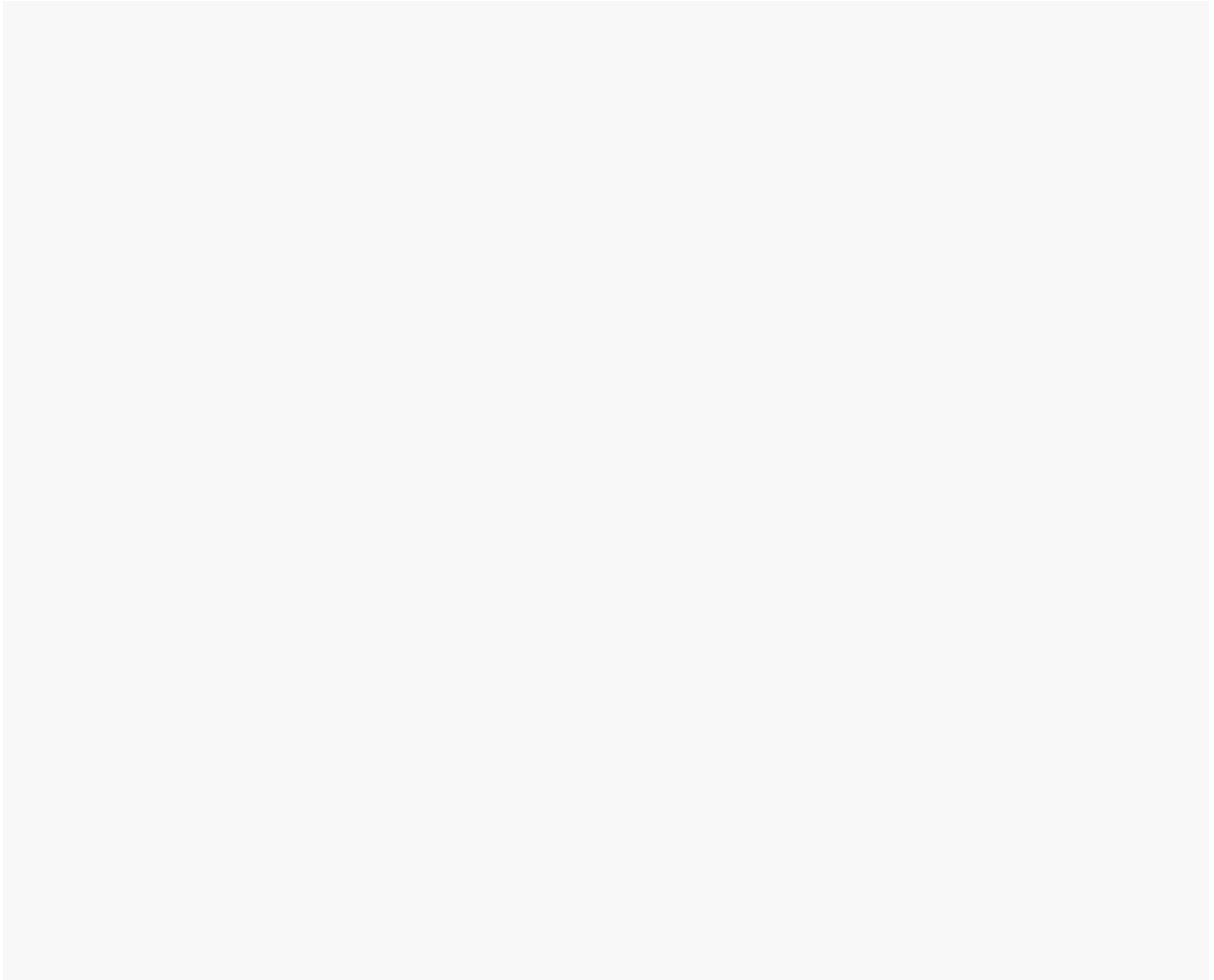


# Emociones

El cerebro emocional es el que predispone la acción por eso es clave identificar las emociones en todo momento.

Detectar las emociones que te generan malestar y te cierran posibilidades de acción y crecimiento, te permitirá trabajarlas y superarlas.

¿Qué emociones obstaculizan tu camino al éxito? ¿En qué parte del cuerpo las sentís?



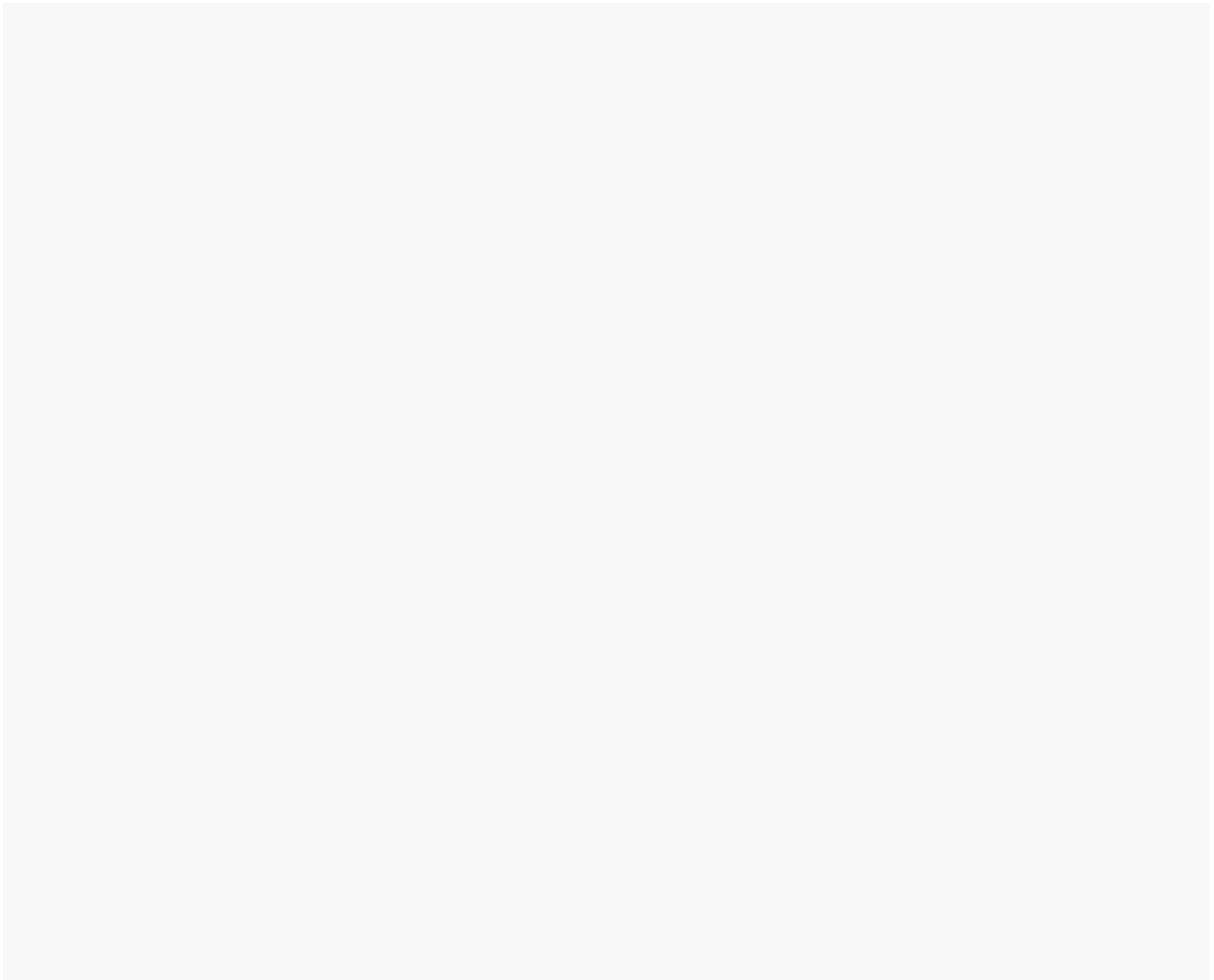
# Hábitos

Somos las acciones que hacemos todos los días y son responsables de los resultados que logramos o no.

Creá nuevos hábitos y planificá tu jornada el día anterior. Comenzá con pequeñas acciones realizables.

No te exijas, la clave es ir de a poco.

¿Qué hábito te saca energía y no te permite concretar tu objetivo?



# Procrastinar

Es dejar todo para otro momento. Si tu excusa es la falta de tiempo podés eliminarla de tu vida planificando de antemano y creando un hábito. *Recordá la percepción del tiempo es subjetivo!*

Concretar un resultado requiere de pequeñas (grandes) acciones diarias.

¿Qué es lo que siempre dejás para otro momento?

*Acción! Anotá aquellas cosas que no querés dejar más adelante.*

# El dinero

La forma en que percibimos el dinero puede afectar el flujo normal de su energía. Consegúis más si no te enfocás sólo en el dinero, sino en disfrutar mientras servís a las personas.

Si lográs estructurar un modelo de negocio, controlas tus ingresos y gastos de forma consciente mientras ponés el foco en crear marcas que impacten, creeme que el dinero llegará solo.

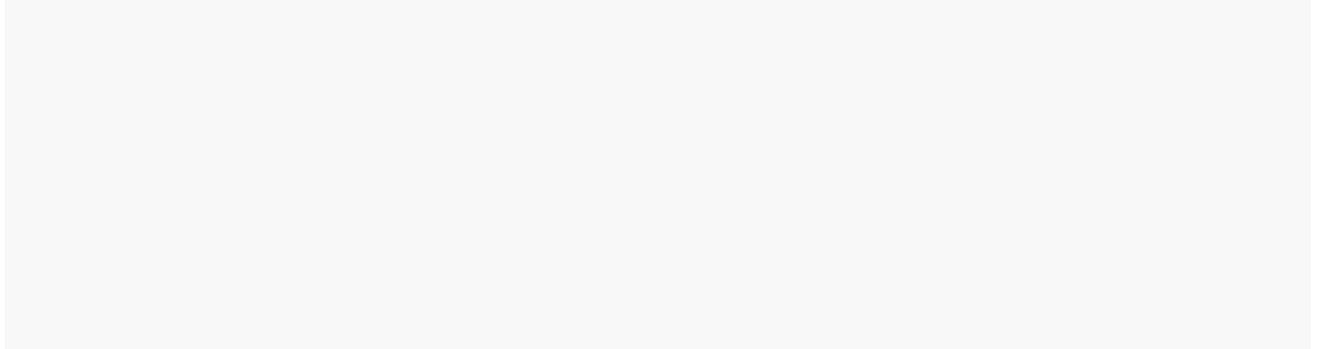
Para eso tenés que activar tu mentalidad de abundancia.

¿Cuál es tu creencia sobre el dinero?

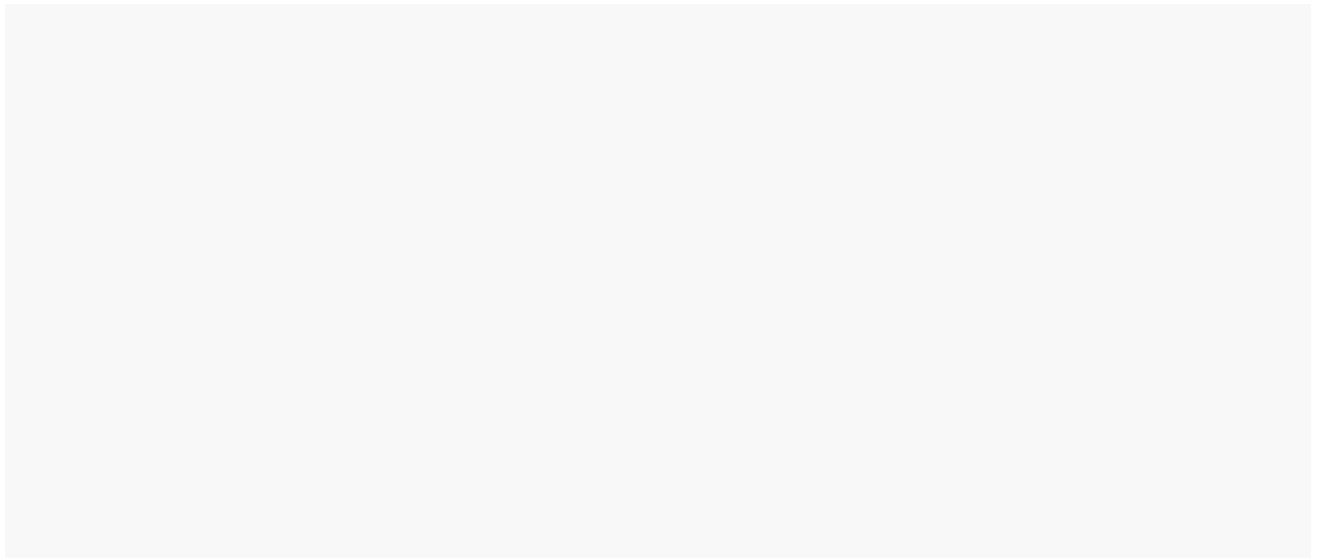
¿Qué creencias sobre el dinero tenían en tu casa cuando eras chica?



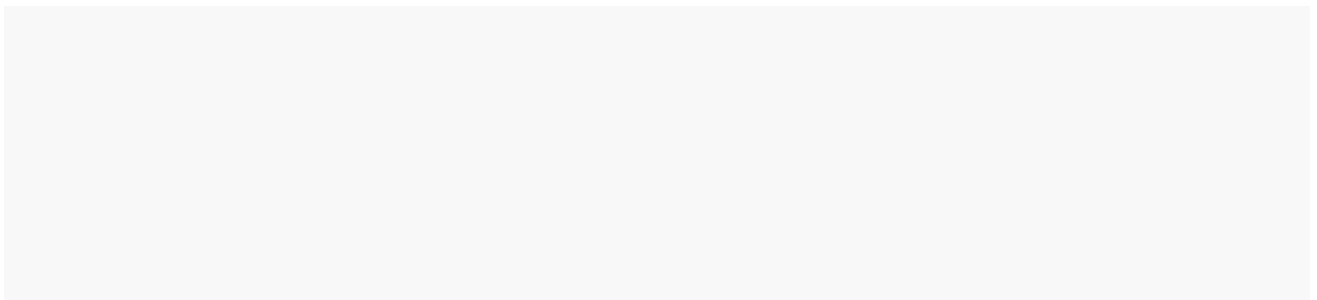
¿Qué habilidades y talentos tenés y no estás aprovechando al máximo?



¿Cuáles serán tus metas económicas a corto, medio y largo plazo?



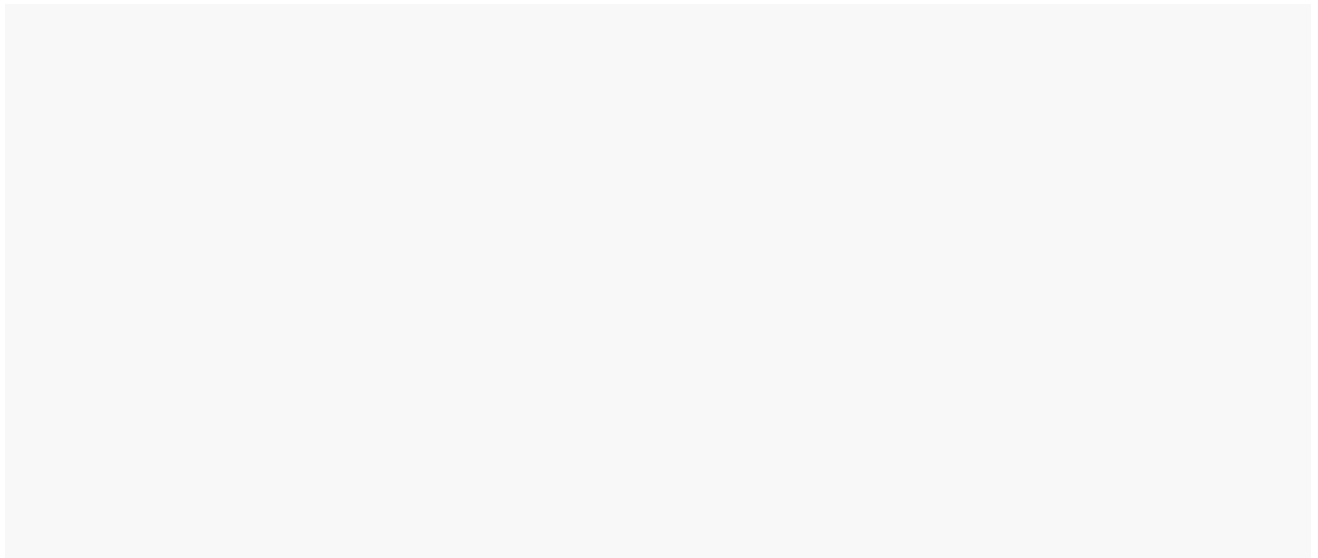
¿Cómo podés aumentar el valor de tus productos o servicios?



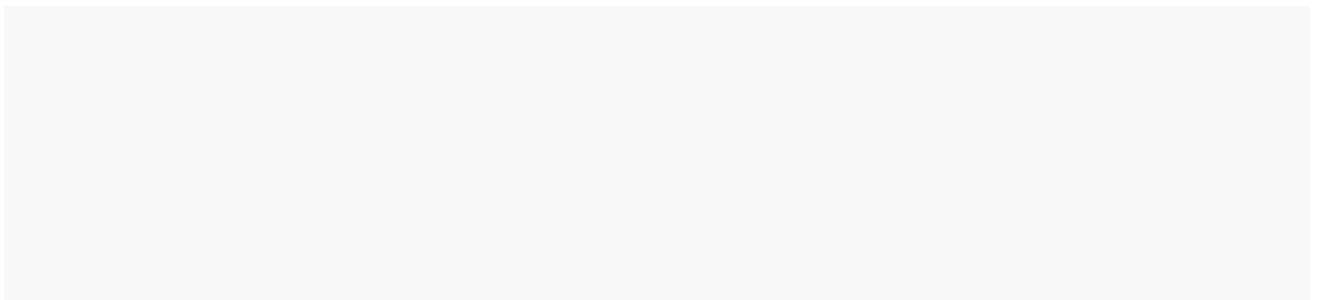
¿Qué ingresos pasivos podés generar para liberar tu tiempo?



¿Cómo podés aumentar el valor de tus productos o servicios?



¿Cómo querés que sea tu vida dentro de 5 años? *Visualizá imágenes, emociones, personas, etc.*



## ¡BUEN TRABAJO!

Poderosas preguntas ¿no?, la idea es que revises a este recurso cuando necesites desterrar obstáculos.

Nos vemos en la próxima semana para trabajar sobre tu marca.

Si querés compartirme tus respuestás, mandame un correo a **[usinacontenido@gmail.com](mailto:usinacontenido@gmail.com)** me encantaría saber de vos.