

RETO 12 MESES

Tu Oportunidad

PRIMERA CLASE

HOJA DE TRABAJO

A través de esta hoja de trabajo vas a encontrar el motivo y la motivación, el para qué te vas a preparar o te estás preparando la oposición.

Vas a realizar un ejercicio introspectivo, que quizá nunca hayas realizado de este modo. Te vas a aportar verdad y vas a adoptar un compromiso.

Recurrirás a esta hoja en los momentos bajos y de incertidumbre. Te ayudará a recordar la razón por la que te embarcaste en esta aventura.

Así que responde con toda sinceridad y sigue las instrucciones al pie de la letra.

EJERCICIO 1. EL PARA QUÉ

Escribe las 3 razones más poderosas para comenzar desde ahora mismo a preparar la oposición. Y si ya has comenzado a prepararte, las 3 razones más poderosas por las que comenzaste en su momento.

1.

2.

3.

EJERCICIO 2. HAZ DOS LISTAS

- Los 10 **obstáculos internos** que te impiden o dificultan empezar
- Los 10 **obstáculos externos** que te impiden o dificultan empezar

OBSTÁCULOS INTERNOS	OBSTÁCULOS EXTERNOS
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.

5.	5.
6.	6.
7.	7.
8.	8.
9.	9.
10.	

EJERCICIO 3. TUS DEFECTOS

Cuáles son tus 3 mayores defectos o retos a los que te enfrentas.

1.

2.

3.

EJERCICIO 4. TUS VIRTUDES

Cuáles son tus 3 mayores virtudes.

1.

2.

3.

EJERCICIO 5. PON A TRABAJAR TUS VIRTUDES

Escribe de que manera vas a poner a trabajar tus virtudes para mejorar tus defectos o retos.

Voy a poner a trabajar mi virtud de _____ para
mejorar el defecto _____ de esta manera
concreta _____

Voy a poner a trabajar mi virtud de _____ para
mejorar el defecto _____ de esta manera
concreta _____

Voy a poner a trabajar mi virtud de _____ para
mejorar el defecto _____ de esta manera
concreta _____

EJERCICIO 6. VOY A RENUNCIAR A

Escribe a qué cosas serías capaz de renunciar por aprobar la oposición y ser policía.

1.

2.

3.

4.

5.

EJERCICIO 6. NOVOY A RENUNCIAR A

Escribe a qué cosas NO serías capaz de renunciar por aprobar la oposición y ser policía.

1.

2.

3.

4.

5.

EJERCICIO 7. VOY A APROBAR EN ...

Escribe la fecha exacta en la que vas a ser policía

Día:

Mes:

Año:

EJERCICIO 8. VAS A COMENZAR TU PREPARACIÓN, TU CAMINO HACIA EL EXITO ...

Escribe la fecha exacta en la que vas a comenzar a prepararte.

Día:

Mes:

Año:

!!! Recuerda !!!

Grábate un video presentándote y comentándome para qué quieres ser policía. Cuéntame qué has aprendido en esta clase y haciendo estos ejercicios de la hoja de trabajo, cómo se ha cambiado la visión que tenías y cómo vas a implementar estos cambios.

Nos vemos en la siguiente.
Un saludo.

Atentamente,

A handwritten signature in black ink that reads "David Reino". The script is cursive and fluid, with the first letter 'D' being large and prominent.