YadiraSuccess

# WORKBOOK
# RETO 30 DÍAS

## TRANSFORMANDO CREENCIAS LIMITANTES Y FUGAS ENERGÉTICAS



Yadira Success

## Día 1 LA RUEDA DE LA VIDA

1.Imprime la Rueda de la Vida (La encontrarás en el Anexo 1 de este workbook)

2. ¿Escribe en cuál de los 3 pilares te vas a concentrar en este 2026?

3.¿Qué decisión puedes tomar desde hoy en cada una de esas áreas?

## Día 2 LA AUTORRESPONSABILIDAD

LaAUTORRESPONSABILIDAD es la creencia de que eres el único responsable de la vida que has llevado, por lo que eres el único que puede cambiarla.

En cualquier caso, usted es el único responsable de la vida que ha llevado. Todo es absolutamente tu crédito, ya sea por tus acciones conscientes o inconscientes, por la calidad de tus pensamientos, comportamiento y palabras. Incluso por las creencias que te permites tener.

1.Reescribe con tus propias palabras el comcepto arriba mencionado, pero en primera persona, es decir: YO soy el único(a) responsable...

¿Cómo puedes cambiar tu perspectiva para asumir más control en tus decisiones económicas?

Describe una acción que puedas tomar hoy para ser más responsable financieramente.

## Dia 3

## PATRONES DEL DINERO

1.Enumera tus patrones de gasto más recurrentes en los últimos meses.

2.¿Cuáles de estos patrones te han ayudado y cuáles te han limitado financieramente.

| Han Ayudado | Han Limitado |
|---|---|
| | |
| | |
| | |
| | |

3.Describe un cambio que podrías hacer para mejorar un patrón de gasto no deseado.

## Dia 4

## CREENCIAS LIMITANTES

1. Identificauna creencia que sientas que te limita en tus finanzas.

2. ¿De dónde proviene esta creencia? Anota las experiencias o influencias que la han creado.

3. Redefine esta creencia limitante con una declaración positiva y empoderadora.

## Día 5

# FUGAS ENERGÉTICAS

1.¿Qué situaciones o personas te drenan más energía en términos financieros?

2.Describe cómo te sientes antes y después de estar expuesto a estas situaciones.

3.Piensa y escribe en una acción que puedas tomar para reducir una fuga energética en tu vida financiera.

## Día 6

# SER AGRADECIDO ES ABUNDANCIA

1.Haz una lista de tres cosas financieras por las que estás agradecido hoy

La gratitud promueve decisiones financieras conscientes al valorar lo existente, impulsando ahorro y generosidad. Fomenta una mentalidad positiva, reduciendo el estrés financiero.

2. Según tus creencias y lo aprendido hasta ahora ¿Cómo puede la gratitud influir positivamente en tus elecciones financieras?

3.Anota una forma en la que podrías expresar más gratitud en tus decisiones económicas diarias.

## Día 7 NUESTROS VALORES

1.Enumera tres valores que consideres fundamentales en tu vida financiera.

2.¿Están tus decisiones financieras alineadas con esos valores? Si ☐ No ☐ Explica

3.Piensa en una acción que refleje uno de tus valores financieros esta semana.

## Día 8 ¿POR QUÉ QUIERO SER RICO?

1.Reflexiona sobre tus motivos para buscar la riqueza. Anota al menos tres razones.

2.¿Cómo se relacionan tus razones con tus metas financieras a largo plazo?

3.Describe una acción que puedas tomar hoy para acercarte a una de esas metas.

## Día 9 EL TIEMPO NUESTRO MAYOR ACTIVO

1.Reflexiona sobre cómo has invertido tu tiempo en términos financieros en la última semana.

2.¿Qué actividades te acercaron más a tus objetivos financieros? ¿Cuáles te alejaron?

| Han Acercado | Han Alejado |
|---|---|
| | |
| | |
| | |
| | |

3.Planifica como puedes dedicar mas tiempo a actividades financieras productivas. Enumera algunos ejemplos.

## Dia 10 EL DINERO Y LAS EMOCIONES

1.Identifica una emoción que suele influir en tus decisiones financieras.

2.¿Cómo esta emoción ha afectado tu relación con el dinero en el pasado?

3.Piensa en una estrategia para gestionar esta emoción de manera más saludable en el ámbito financiero.

## Dia 11 ¿CÓMO ENCONTRAR EL CÓMO?

1.Reflexiona sobre cómo has invertido tu tiempo en términos financieros en la última semana. Escríbelo

2. Piensa en un objetivo financiero que te resulte desafiante pero alcanzable Plásmalo en las siguientes líneas.

3.Enumera al menos tres estrategias o pasos para alcanzar ese objetivo.

4.Elige una de estas estrategias y planifica cómo implementaría en tu vida financiera.

## Dia 12 NUESTRO MAYOR ENEMIGO: EL EGO

1.¿Cómo puede el ego influir en las decisiones financieras?

2.Identifica un momento en el que tu ego haya afectado tu juicio financie

3.Anota una estrategia para mantener a raya el ego al tomar decisiones financieras importantes.

## Dia 13 LA LIBERTAD FINANCIERA

1.Define qué significa para ti la libertad financiera.

2. ¿Cómo se alinea esa definición con tu estilo de vida actual?

3. Anota un paso que puedas dar hoy para acercarte más a tu concepto de libertad financiera.

## Dia 15 EL AHORRO Y VIVIR EL PRESENTE

1.Describe cómo sería para ti sentirte en paz con tus finanzas.

2.¿Cuáles son los mayores obstáculos que te impiden alcanzar esa paz?

3.Escribe tres acciones concretas que podrías emprender para lograr una mayor paz financiera.

## Dia 16 EL PODER DE LA ATRACCIÓN Y LA MANIFESTACIÓN

1.¿Cómo crees que tus pensamientos han influido en tus resultados financieros?

2.Imagina un escenario financiero ideal y visualízate alcanzándolo Escríbelo.

3.¿Qué pequeño paso puedes dar hoy para acercarte a ese escenario ideal?

## Día 17 ¿DE QUIEN TE RODEAS?

1.Reflexiona sobre las personas con las que pasas más tiempo en relación con las finanzas.

2.¿Cómo influyen esas personas en tus hábitos y decisiones financieras?

3. Describe una acción que puedas tomar para rodearte más de personas que te impulsen financieramente.

## Día 18 EN BUSCA DE TU PROPIA VERDAD FINANCIERA.

1.¿Qué significa para ti tener una verdad financiera propia?

2.¿Cuáles son las ideas preconcebidas sobre el dinero que te han influenciado?

3. Anota un principio financiero personal que te gustaría seguir a partir de ahora.

## Día 19

## EL MIEDO A LA INVERSIÓN

1.Identifica un miedo específico que te impide invertir.

2.¿Cómo ha afectado ese miedo tu capacidad para hacer crecer tu dinero?

3.Anota una estrategia para enfrentar ese miedo y empezar a invertir de manera consciente.

## Día 20

## CARTA AL DINERO

1.Escribe una carta al dinero expresando tus sentimientos hacia él.

2.¿Qué lecciones has aprendido sobre el dinero a lo largo de tu vida?

3.Anota tres compromisos que estás dispuesto a hacer con respecto al manejo de tu dinero.

## Día 21

## DAR Y RECIBIR

1.Reflexiona sobre cómo das y recibes en términos financieros y no financieros.

2.¿Cómo se relaciona esto con tu bienestar financiero y emocional?

3.Anota una forma en la que podrías equilibrar mejor dar y recibir en tu vida.

## Dia 22 ¿CÓMO HACER PARA QUE TE PASEN COSAS BUENAS?

1.Piensa en tres acciones que puedas realizar para atraer oportunidades financieras

2.¿Cómo puedes mantener una mentalidad abierta para recibir estas oportunidades?

3.Anota una situación específica donde has creado intencionamente una oportunidad financiera.

## Dia 23 PENSAMIENTOS DE ESCASEZ VS ABUNDANCIA

1.Identifica un área de tu vida financiera donde sientes escasez.

2.¿Cómo podría cambiar tu mentalidad de escasez a una de abundancia en esta área?

3.Anota una afirmación positivaque refleje tu mentalidad de abundancia financiera.

## Dia 24 PENSAMIENTO DE GENTE RICA Y GENTE POBRE

1.Analiza cómo se diferencian las mentalidades financieras entre las personas ricas y las que no lo son. Encuentra 3 diferencias.

| Pensamiento Gente Rica | Pensamiento Gente Pobre |
|---|---|
| | |
| | |
| | |

2.¿En qué aspectos podrías adoptar mentalidades de las personas ricas para mejorar tu situación financiera?

3.Anota una acción que te acerque más a una mentalidad de prosperidad y abundancia.

## Dia 25 INVIERTE EN TI

1.Haz una lista de habilidades o conocimientos financieros que te gustaría adquirir.

2¿Qué beneficios traería para tu vida financiera el invertir en tu educación?

3.Anota un paso que puedas tomar hoy para empezar a invertir en tu crecimiento financiero personal.

## Día 26 DESARROLLA TUS TALENTOS Y SÉ FELIZ

1.Identificatus principales talentos o habilidades relacionadas con las finanzas.

2.¿Cómo puedes utilizar estos talentos para mejorar tu bienestar financiero?

3.Anota una acción que puedas realizar para desarrollar aún más uno de tus talentos financieros.

## Día 27 CREA TU MESA DE 4 PATAS O MÁS

1.Enumera al menos cuatro fuentes potenciales de ingresos pasivos.

2.¿Cómo podría diversificar tus fuentes de ingresos para crear más estabilidad financiera?

3.Anota una estrategia para comenzar a construir una nueva fuente de ingresos pasivos.

## Día 28 SUEÑOS Y METAS

1.Escribe tres sueños financieros que tengas a corto, mediano y largo plazo.

2.¿Cómo puedes hacer que estos sueños sean específicos, medibles y alcanzables?

3.Anota una acción que puedas realizar hoy para acercarte a uno de estos sueños financieros.

## Día 29 NUESTROS HÁBITOS

1.Identifica tres hábitos financieros que quieras desarrollar o mejorar.

2.¿Cómo pueden estos hábitos impactar positivamente tu vida financiera?

3.Planifica cómo puedes implementar uno de estos hábitos a partir de hoy.

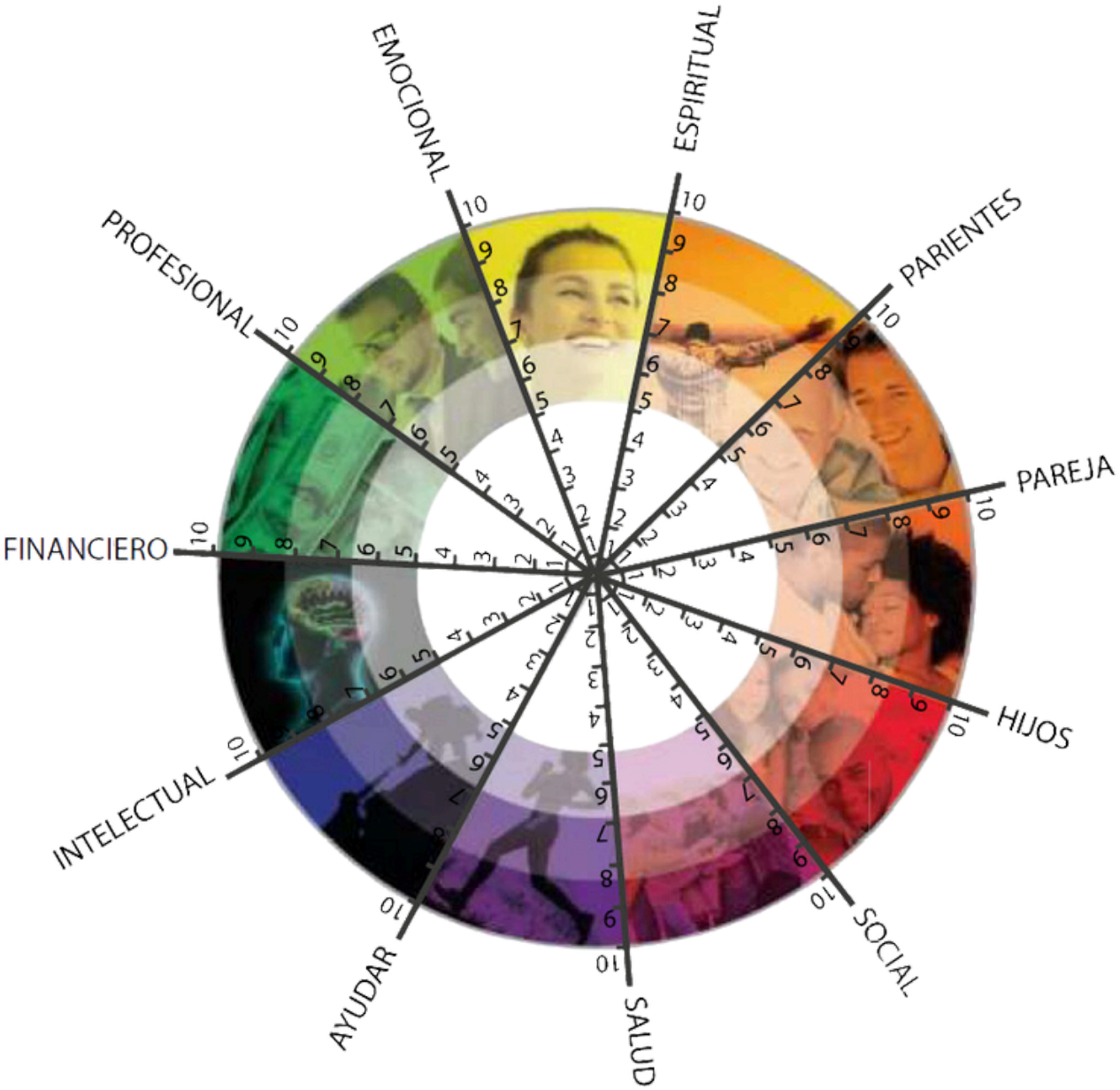
## Día 30 DESPEDIDA, EJERCICIO DE VISUALIZACIÓN Y AGRADECIMIENTO.

1.Realiza una visualización de cómo te ves financieramente en el futuro. Escríbela.

2.Agradece por todo lo aprendido y comprométete a seguir avanzando en tu viaje financiero.

3.Anima a celebrar los logros y a mantener el impulso hacia un futuro financiero exitoso.

# RUEDA DE LA VIDA



# PLAN DE ACCIÓN

PLAN DE ACCIÓN

| ACCIONES | CUANDO | DONDE | QUIEN | RAZON,POR QUE, POR QUIEN | CÓMO (PROCEDIMIENTO) | CUÁNTO ($$$) | POSICIÓN __/__/__ |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |
| | | | | | | | ⇨ ⇧ ⇩ |

EN PROCESO ⇨

REALIZADO ⇧

A SER REALIZADO ⇩