

Mi propósito de año nuevo

2026

1. Elige un propósito, sólo uno.



2. Escucha tus dos voces y se expresen.

La que quiere el cambio	La que le cuesta el cambio

3. ¿Qué necesita cada parte?



4. Reajusta si es necesario hasta que ambas partes estén cómodas.

