



THE PURPOSE  
STRATEGY

# CÓMO SER TU MEJOR VERSIÓN

GUÍA PRACTICA PARA CONVERTIRTE EN TU MEJOR VERSIÓN



ANA ESKENASY  
SPEAKER. COACH. FOUNDER.



THE PURPOSE  
STRATEGY ®

[www.thepurposestrategy.com](http://www.thepurposestrategy.com)  
Copyright 2023



1. NOMBRE DE TU MEJOR VERSIÓN:

2. DESCRIBE A TU MEJOR VERSIÓN: (Usa al menos 10 adjetivos)

3. DEFINE CÓMO CONECTARÁS CON TU MEJOR VERSIÓN CADA DÍA:

4. PERSONAJES:

Reflexiona en los patrones negativos que repites continuamente. Piensa de 1 a 3 "personajes" que salen. Ponle nombre a cada uno y describelos usando 3-5 adjetivos. Luego trata de identificar cuales factores son los que causan o provocan que cada personaje aparezca.

PERSONAJE 1:

PERSONAJE 2:

PERSONAJE 3:

CAUSAS:

CAUSAS:

CAUSAS:

