WORKBOOK
RELACIONES QUE TE LLENAN EL CORAZÓN
SEPTIEMBRE

#InspírateCoaching

GUÍA DE PREGUNTAS PARA FORTALECER TU CONEXIÓN CON LOS DEMÁS.
Úsalas cuando quieras fomentar conversaciones profundas con tus seres queridos.

CON TU PAREJA

- ¿Qué te hace sentir más amado(a) por mí últimamente?
- ¿Qué sueños tienes que aún no hemos conversado?
- ¿Hay algo que podríamos mejorar juntos como equipo?
- ¿Cuál fue un momento pequeño pero feliz que compartimos últimamente?
- ¿Cómo te imaginas nuestra vida en los próximos años?

CON TU FAMILIA

- ¿Cuál es un recuerdo que siempre te hace sonreír cuando piensas en nuestra familia?
- ¿Qué aprendiste de tus papás que te gustaría transmitir?
- ¿Cuál es tu actividad favorita para hacer en familia?
- ¿Qué valor crees que más nos representa como familia?
- ¿Cuál crees que es una fortaleza de cada uno de nosotros como familia?

CON UN(A) AMIGO(A)

- ¿Qué es algo que aprecias profundamente de nuestra amistad?
- ¿Cómo te puedo acompañar mejor cuando estás pasando un mal día?
- ¿Cuál ha sido un momento clave en nuestra relación que siempre recordarás?
- ¿Hay algo que siempre has querido hacer y no te has atrevido?
- ¿Qué es lo que más te inspira en este momento de tu vida?



RECOMENDACIÓN DEL MES

INSPÍRATE PODCAST:
EPISODIO #10: INTELIGENCIA ERÓTICA Y RELACIONES SANAS

PELÍCULA: THE INTOUCHABLES
UNA AMISTAD IMPROBABLE QUE CAMBIA VIDAS.

@sheldrysaez// @inspiratelatam//www.sheldrysaez.com // Para uso personal //Marca registrada // No se permite reproducción o venta