

PLANTILLA DE ACCIÓN · JIMENA PRETARA

# Mi próximo paso.

*Identificar UNA acción concreta y hacerla*

¿Para qué sirve?

Cuando todo parece grande y no sabés por dónde empezar, esta plantilla te ayuda a identificar la única acción más pequeña posible. Una sola. La que podés hacer hoy.

## 01 · El proyecto o idea

EN QUÉ QUERÉS AVANZAR HOY

*Escribí el proyecto o idea con el que querés trabajar. Una oración, lo más específica posible.*

MI PROYECTO ES...

---

---

## 02 · Dónde estás ahora

SIN JUICIO — SOLO HONESTIDAD

¿Qué ya hiciste en relación a esto?

---

---

¿Qué te frenó hasta ahora?

---

---

## 03 · El próximo paso

SOLO UNO · CONCRETO · PARA HOY

*Completá estas tres cosas. Si tu respuesta es vaga, hacela más pequeña.*

¿Qué vas a hacer?

Tiene que empezar con un verbo. Ej: "Abrir un documento y escribir el título"

Forma de entrada de texto con una línea roja decorativa a la izquierda y una línea horizontal para escribir.

¿Cuándo exactamente?

Día y horario concreto. No "mañana" — "mañana a las 9am"

Forma de entrada de texto con una línea roja decorativa a la izquierda y una línea horizontal para escribir.

¿Cómo sabes que lo hiciste?

El resultado visible cuando termines

Forma de entrada de texto con una línea roja decorativa a la izquierda y una línea horizontal para escribir.

## 04 · El compromiso

FIRMALO MENTALMENTE O CON LAPICERA

*El compromiso más importante es con vos misma. No con nadie más.*

Hoy voy a

antes de

Firma / fecha

*"No empezar mañana. No cuando todo esté listo. Hoy. El paso más pequeño posible."*

@jimena.pretara