

GESTIÓN DEL MIEDO



Claves eficaces para poder vencer nuestros temores

1

¡MUÉVETE!

Mantén tu mente ocupada, el miedo se crece en la inactividad



CONFÍA

Tanto en tu capacidad de hacerlo como en la posibilidad de que todo salga bien

2

3

POCO A POCO

Ve paso a paso, el Everest no se sube en un día, pero en algún momento hay que dar la primera zancada



DECIDE

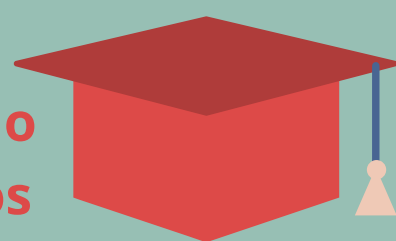
Debes tomar decisiones aunque estés en plena incertidumbre

4

5

APRENDE

Especialmente de tus errores, no son fracasos si aprendes de ellos



TEN VISIÓN

Tienes que prever lo peor y lo mejor que te pueda suceder

6

7

BUSCA LA VERDAD

Céntrate en lo que sea cierto y enfréntalo de cara, no lo evites

