

CAJA DE HERRAMIENTAS

Identifica y organiza tus valores, talentos, dones y aprendizajes. Esta herramienta te ayudará a reconocer los recursos internos que te acompañarán en tu segunda mitad de vida.

Después de reflexionar sobre quién eres y lo que te hace único, es momento de construir tu propia Caja de Herramientas. Aquí registrarás los elementos esenciales que forman tu identidad, tu propósito y tu capacidad de impacto. Este ejercicio te ayudará a ver con claridad qué llevas contigo y qué necesitas fortalecer o redescubrir.

Instrucciones

1. Tómate unos minutos para reflexionar sobre cada categoría de la tabla.
2. Escribe al menos tres ejemplos por cada una de ellas.
3. Sé específico y honesto: no se trata de inventar, sino de reconocer lo que ya está en ti.
4. Al finalizar, revisa si hay áreas que necesitas nutrir o redescubrir.

Completa la siguiente tabla con tus respuestas personales:

VALORES (principios que guían tus decisiones)	TALENTOS (habilidades naturales que fluyen con facilidad)	DONES (capacidades que aportan a otros)	PASIONES (actividades que te llenan de energía y propósito)	APRENDIZAJES CLAVE (lecciones que marcaron tu vida)

Reflexión final

Mira tu tabla completa y pregúntate:

- ¿Qué patrones o conexiones descubres entre tus valores y tus pasiones?
- ¿Qué dones o talentos has estado dejando dormidos?
- ¿Qué aprendizajes te han preparado para este nuevo comienzo?

Esta Caja de Herramientas será la base de tu segunda mitad. Regresa a ella cada vez que necesites claridad, dirección o inspiración.

“Todo lo que necesitas para tu Gran Giro ya está dentro de ti.”