Cómo diseñar la vida de tus sueños Plan de Acción - Semana 9

# ALEJANDRO CHABÁN

PLATAFORMA MOTIVACIONAL

APRENDE A DISTINGUIR ENTRE DESEOS Y NECESIDADES

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **BASE PARA LA COMPARACIÓN** | **NECESIDADES** | **DESEOS** |
| Significado | Las necesidades se refieren a los requisitos básicos de una persona para poder sobrevivir. | Los deseos se refieren a los bienes y servicios, que a una persona le gustaría tener. |
| Naturaleza | Limitada | Ilimitada |
| ¿Qué es? | Algo que DEBES tener. | Algo que DESEAS tener. |
| Representa | Necesidad | Deseo |
| Supervivencia | Esencial | No es esencial |
| Cambio | Puede permanecer constante a lo largo del tiempo. | Puede cambiar con el tiempo. |
| No satisfacerlo | Puede dar lugar a enfermedades o incluso la muerte. | Puede resultar en decepción. |

## ¿Por qué es importante que tomes conciencia de la diferencia entre tus deseos y tus necesidades?

Como aprendiste en este curso, tú eres tus decisiones y tu vida es un reflejo de tus decisiones. Por lo tanto, tomar conciencia de la diferencia entre tus “deseos” y tus “necesidades” te ayudará a invertir tu energía en la construcción y expansión de las cosas que te ayudarán a llevar tu vida al siguiente nivel.

## ¡HAZ UNA LISTA! POR EJEMPLO:

|  |  |
| --- | --- |
| **NECESIDADES** | **DESEOS** |
| Renta o Hipoteca | TV por Cable o Satélite |
| Gastos de automóvil / Transporte público | Internet, computadoras y teléfonos inteligentes |
| Gas y electricidad | Comida como galletas, papas fritas, alimentos orgánicos, etc. |
| Agua | Productos de belleza |
| Seguro de salud / Acceso a cuidado médico | Suscripciones  (Revistas, Netflix, Amazon Prime) |
| Teléfono (fijo y celular) | Viajes |
| Productos básicos de higiene | Regalos |
| Niñera / Guarderia | Inscribirse al Gimnasio |
| Supermercado | Comer en restaurantes |

**CONSTANTEMENTE HAZTE ESTAS SIMPLES PREGUNTAS:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **SI** | **NO** |
| ¿Puedo vivir sin esto? | □ | □ |
| ¿Puedo trabajar sin esto? | □ | □ |
| ¿Otras personas clasificarían esto como un deseo? | □ | □ |

1. Ahora, haz su propia lista con tus necesidades y deseos.

|  |  |
| --- | --- |
| **NECESIDADES DESEOS** | |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

1. Organiza tu lista de necesidades y deseos por prioridad.

|  |  |
| --- | --- |
| **NECESIDADES DESEOS** | |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

1. Tomando en cuenta tus sueños y metas, mira tu lista de necesidades y deseos, y elimina todo lo que te distraiga o te impida alcanzar tus metas y realizar tus sueños.

|  |  |
| --- | --- |
| **NECESIDADES DESEOS** | |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Trabaja para crear un EQUILIBRIO**

No hay nada de malo en comprar ropa cara, coches lujosos, viajar alrededor del mundo, tener toneladas de suscripciones de revistas y salir a comer. La intención de este ejercicio es que identifiques las cosas que realmente necesitas a diferencia de las cosas que quieres. De esta manera, puedes tomar decisiones que estén alineadas con tus metas y sueños.

YES YOU CAN!