

Una Guía que  
Transformará tu vida.

# EL PODER DE TU IDENTIDAD ☆

*"Descubriendo tu propia verdad"*

*Por:*  
*Michelle Simmues*



## **Taller:** *El Poder de tu Identidad*

### **1.- Conectando con tu Ser Interior**

Eres única e irrepetible. Tu identidad es la base de tu fuerza y tu propósito. Este taller te ayudará a conectar con tu ser interior y descubrir el increíble potencial que llevas dentro, descubre tu propia verdad.

#### **Ejercicio 1:** Explorando tu Identidad

- Cierra los ojos y respira profundamente. Imagina que te miras en un espejo. ¿Qué ves? No te juzgues, simplemente observa. Escribe tres adjetivos que describan tu esencia, sin pensar demasiado.

---

---

---

- Ahora, piensa en tres momentos de tu vida donde te sentiste completamente tú misma. Describe brevemente cada uno. ¿Qué te hacía sentir tan plena?

---

---

---

#### **Ejercicio 2:** Tus Valores Fundamentales

- Piensa en cinco valores que son realmente importantes para ti. (ej: honestidad, compasión, libertad, creatividad, justicia).

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Para cada valor, escribe una situación en la que ese valor se manifestó en tu vida. ¿Cómo te hizo sentir?

**“Recuerda que tu identidad está en constante evolución, cuida tus valores y abraza tu autenticidad”**

## 2.- Encontrando tu Propósito

“Tu propósito de vida no es una meta única, sino un camino de crecimiento y contribución. Se trata de alinear tus acciones con tus valores y pasiones, DE AYUDAR, SERVIR Y SER FELIZ”

### Ejercicio 3: Pasiones y Talentos

- ¿Qué actividades te apasionan? ¿Qué te hace perder la noción del tiempo?

---

---

---

- ¿Cuáles son tus talentos naturales? ¿Qué se te da bien hacer? ¿Qué te dicen los demás que haces muy bien?

---

---

---

---

¿Hay alguna conexión entre tus pasiones y tus talentos?

---

---

### Ejercicio 4: Visualizando tu Futuro

- Cierra los ojos e imagina tu vida ideal dentro de cinco años. ¿Qué estás haciendo? ¿Con quién estás? ¿Cómo te sientes?
- Describe tu día ideal en ese futuro. ¿Qué te hace sentir plena y realizada

---

---

---

**“Tu propósito es la intersección entre tus valores, tus pasiones, tus talentos y tu visión del futuro”.**



### 3.- Empoderamiento y Acción

*“El descubrimiento de tu propósito es solo el comienzo. Ahora es el momento de pasar a la acción y crear un plan para alcanzar tus metas”.*

#### Ejercicio 5: Conectando Propósito e Identidad

- ¿Cómo puedes integrar tus valores, pasiones y talentos para definir tu propósito?

---

---

---

- ¿Cuál es ese siguiente paso que darás para acercarte a tu visión del futuro?

---

---

---

#### Ejercicio 6: Estableciendo Metas

Define una meta relacionada con tu propósito, **para ello puedes utilizar el Método de la rueda de la vida**: Este método te ayuda a visualizar tu vida en diferentes áreas (salud, relaciones, trabajo, etc.) y a identificar en qué áreas necesitas mejorar. Luego, puedes establecer metas específicas para cada área, lo ideal sería que puedas enfocarte en una para iniciar ;)

**¡Felicidades! “Recuerda que este es un proceso continuo de autodescubrimiento. ¡Cree en ti misma! Construye tu grandeza a través de El Poder de tu Identidad”**

***Nota Importante: “En la tranquilidad y comodidad de tu hogar, sin distracciones vas a escribir cuál va a ser tu nueva identidad a partir de ahora”***



# ***Frases que me han mejorado la vida***



**Eres tu Propio Animador, **ERES SUFICIENTE****

Marisa Peer

**No importa tu pasado si estás dispuesto a construir tu futuro**

Brian Tracy

**"El pesimista se queja del viento. El optimista espera que cambie. El líder arregla las velas"**

John Maxwell

***"Sé agua, amigo mío": Bruce Lee***

**"No permitas que una idea mediocre limite la grandeza de tu alma"**

Spencer Hoffmann

**"Lo único que te impide conseguir lo que quieres es la historia que te sigues contando a ti mismo".**




Tony Robbins

**«Si no puedes volar entonces corre,  
si no puedes correr entonces camina,  
si no puedes caminar entonces arrástrate,  
pero sea lo que hagas,  
sigue moviéndote hacia adelante.»**

Martin Luther King Jr.

*Gracias por llegar hasta aquí!*  
***¡Sigue Brillando!***



 **@MichelleSinmues**  
 **Michelle Sinmues**  
 **Michelle Sinmues**

Contacto  
WhatsApp



EL PODER DE TU  
IDENTIDAD ☆