

Guía para Crear tu Vision Board 2026

Desear y soñar son pulsos necesarios para una vida plena y lo que más nos llena es cumplir nuestros sueños, pero muchas veces quedan como castillos en el aire...

Esta preciosa herramienta de la Vision Board nos permite plasmar sobre papel aquello que deseamos de forma creativa.

El solo hecho de que dediques un tiempo a la creación de tu visión Board para este 2026 seguro va a ser muy provechoso para ti.

Además, si lo colocas en un lugar visible y cada día lo miras y conectas tu propósito con tu intención y con tu acción, es mucho más probable que este año SÍ se cumplan tus sueños.

Te dejo aquí las indicaciones para que las puedas seguir paso a paso.

¡Con esta guía, podrás crear un Vision Board poderoso que te acompañará en tu camino hacia el 2026!

PASO A PASO

1. Reflexiona sobre tus metas y sueños

- Tómate un tiempo para identificar y pensar en las diferentes áreas de tu vida: personal, profesional, salud, relaciones, finanzas, crecimiento espiritual, viajes, etc.
- Para cada una de ellas, pregúntate: ¿Qué deseo lograr en el 2026? ¿Qué experiencias me gustaría tener? ¿Cómo quiero sentirme?

2. Define tus metas específicas

- Sé clar@ y específic@ con tus objetivos. Por ejemplo, en lugar de decir “quiero viajar”, di “quiero visitar Japón en 2026”.
 - Establece metas medibles y alcanzables para mantenerte motivado.
- Te recomiendo seguir la guía de *Claves y pasos para diseñar propósitos efectivos*.

3. Recopila materiales

- Un soporte para diseñar tu Vision Board: Cartulina o tablero de corcho, o soporte digital
- Revistas, impresiones, fotos, recortes
- Pegamento, tijeras, cinta adhesiva
- Marcadores, stickers y otros decorativos

4. Busca imágenes y palabras inspiradoras

- Recorta fotos, frases y palabras que representen tus metas y sueños.
- Busca inspiración en internet, libros o en tu entorno. Puedes imprimir imágenes específicas para mayor personalización.

5. Organiza y diseña tu Vision Board

- Distribuye las imágenes y palabras en tu tablero de manera que te inspiren.
- Puedes agrupar temas similares o crear un diseño que sea visualmente atractivo para ti.
- Añade notas o afirmaciones positivas que refuercen tu visión.

6. Incluye afirmaciones y declaraciones positivas

- Escribe frases motivadoras como “Estoy abierta a nuevas oportunidades”, “Mi salud mejora cada día”, o “Viajaré a lugares increíbles en 2026”.

7. Coloca tu Vision Board en un lugar visible

- Ponlo en un espacio donde lo veas a diario, como tu habitación, oficina o un rincón especial.
- La visualización constante te ayudará a mantenerte enfocado y motivado.

8. Revisa y actualiza tu Vision Board

- A medida que avanzas en el tiempo, revisa y ajusta tu tablero si es necesario.
- Celebra tus logros y redefine nuevas metas para seguir creciendo.

Consejos adicionales: Sé auténtic@, crea un tablero que refleje tus verdaderos deseos y aspiraciones | Usa colores y elementos que te inspiren y te hagan sentir bien | Confía en el proceso y mantén una actitud positiva hacia tus sueños.

