	Valores	Vision Ideal		Habilidades y Conocimientos		
		Repolarización		Creencias	Etiquetas	Reglas
		LO QUE NO QUIERO	LO QUE SÍ QUIERO (Evitar el NO)			
ENERGÍA DE SALUD MENTAL						

Objetivos			Hábitos	Identidad
Corto Plazo	Medio plazo	Largo plazo		