

Mi Hoja de Ruta S.E.N.S.E.

del Ciclo 1

► PUNTO DE PARTIDA (hace 6 semanas):

- Mi mayor preocupación inicial era: _____
- El pilar que más complicado o que menos atendía era: _____

► MIS 3 AVANCES CLAVE (micro-decisiones que ya tomé):

1. _____
2. _____
3. _____

► MI PILAR MÁS DÉBIL AHORA (autoevaluación SENSE):

- | | |
|---|---|
| ☐ Seguridad humana | ☐ Sentido/Sociedad |
| ☐ Ética aplicada | ☐ Estrategia/Autonomía |
| ☐ Neuroergonomía | |

- La 1 señal concreta que lo confirma esta semana:

► MI PRÓXIMO PASO

(qué micro-decisión tomaré esta semana para fortalecerlo):

Te ayudo a ti y a quienes te importan a tomar decisiones
conscientes en un mundo moldeado por la IA;
con claridad, ética y tranquilidad.

