

PREGUNTAS QUE DEBES HACERTE A TI MISMO

ACERCA DEL TRABAJO & EL CÁNCER

¿Cuál es la naturaleza de mi trabajo? _____

¿Cuáles son mis responsabilidades específicas? _____

¿Permanezco sentado o de pie todo el día? _____

¿Viajo e interactúo con la gente? _____

¿Mi trabajo requiere levantar cosas pesadas? _____

¿Cómo luce mi área de trabajo? Por ejemplo:

¿Trabajo en un cubículo o en una oficina grande? _____

¿Tengo que subir y bajar escaleras? _____

Otro: _____

¿Enfrentaré barreras nuevas en mi viaje hacia el trabajo? Por ejemplo:

Tomar el autobús o el tren, ¿me resulta incómodo ahora? _____

O ¿me incomoda conducir durante las horas de mayor tráfico? _____

Otro: _____

¿Cuáles otras áreas de mi vida requieren una energía substancial y necesitan tomarse en consideración? Por ejemplo:

¿Tengo que ayudar a mis hijos con sus tareas escolares? _____

¿Tengo que atender a mis padres envejecientes? _____

¿Tengo que cocinar para otros? _____

Otro: _____

¿Cuántas horas, honestamente, puedo trabajar en un día? ¿En una semana? _____

¿Cuáles son mis metas de trabajo a largo y corto plazo? _____

¿Debo trabajar? _____

¿Quiero continuar trabajando? _____

¿Podré — física y emocionalmente — continuar trabajando? _____

¿Cuáles aspectos de mi trabajo son más importantes para mí? _____

¿Cómo está mi identidad conectada a mi trabajo? _____

El concepto de mí mismo ¿está tan profundamente arraigado a mi trabajo o estrechamente atado a mi sentido de propósito que esa es la razón que me motiva a despertarme cada mañana? _____

¿Han cambiado las prioridades de mi carrera? _____
