

5 prompts para que Claude te lleve la *contraria*

Para cuando ya casi decidiste algo (mudarte, cambiar de trabajo, comprar algo grande, empezar un proyecto) y quieres ver lo que no estás viendo.

Cómo usarlos: abre un chat nuevo en Claude, pega el prompt y cambia lo que está entre corchetes. Cuanto más contexto le des, mejor te contesta. La decisión sigue siendo tuya.

Los 5, de un vistazo:

1. **Llévame la contraria:** los mejores argumentos en contra.
 2. **El pre-mortem:** cómo salió mal, para evitarlo antes.
 3. **Lo que me estoy saltando:** te pregunta primero y después te dice qué te falta.
 4. **Diez minutos, diez meses, diez años:** lo de hoy frente a lo que importa.
 5. **El amigo que te habla de frente:** sí o no, y por qué.
-

1. Llévame la contraria

Te da los mejores argumentos en contra, aunque Claude no esté de acuerdo con ellos.

COPIA Y PEGA

Voy a contarte una decisión que ya casi tomé. Llévame la contraria: tu trabajo es darme los mejores argumentos en contra, aunque tú no estés de acuerdo con ellos.

Reglas:

- No me des la razón ni me felicites por la idea.
- Dame los 5 argumentos más fuertes en contra, del más grave al menos grave.
- Para cada uno, dime qué tendría que ser verdad para que ese argumento me haga cambiar de opinión.
- Termina con la pregunta que más me incomodaría responder.

Mi decisión: [escribela aquí, con todo el contexto que tengas]

2. El pre-mortem

Te cuenta cómo salió mal, para que lo evites antes.

COPIA Y PEGA

Imagina que es dentro de un año y esta decisión salió mal. Cuéntame cómo pasó en 5 causas concretas y probables (nada de catástrofes raras).

Para cada causa, dame:

- una señal temprana que yo podría ver en el primer mes,
- qué haría hoy para evitarla.

La decisión: [escribela aquí]

3. Lo que me estoy saltando

Primero te pregunta, después te dice qué te falta.

COPIA Y PEGA

Antes de darme tu opinión, hazme las 5 preguntas que necesitas para entender bien mi situación, y espera a que te responda.

Con mis respuestas, dime:

- qué información me falta para decidir bien,
- qué opción no estoy considerando,
- qué estoy dando por hecho sin haberlo comprobado.

Mi situación: [escribela aquí]

4. Diez minutos, diez meses, diez años

Separa lo que sientes hoy de lo que te importa a largo plazo.

COPIA Y PEGA

Analiza esta decisión en tres tiempos: cómo me voy a sentir dentro de 10 minutos, de 10 meses y de 10 años si digo que sí, y lo mismo si digo que no.

Al final, dime qué tiempo está pesando más en mi decisión y si eso tiene sentido.

La decisión: [escribela aquí]

5. El amigo que te habla de frente

Una respuesta corta y sin rodeos.

COPIA Y PEGA

Respóndeme como un amigo que me quiere pero me habla de frente: ¿tú lo harías en mi lugar?

Primero sí o no. Después, por qué, en 5 líneas como mucho. Si te falta un dato para responder, pregúntamelo antes.

Lo que quiero hacer: [escribelo aquí]

Para que salga mejor

- **Usa un chat nuevo para cada decisión.** Así no se mezcla con lo que hablaron antes.
- **Dale contexto de verdad:** tu situación, lo que te preocupa y lo que ya intentaste.
- **Si te da la razón muy rápido,** escríbele: "No me des la razón. Dame lo más fuerte en contra."
- **Combíñalos:** primero el 3 (te pregunta), después el 1 (te lleva la contraria) y al final el 2 (te prepara).

Lo que no hace

- No sabe lo que tú no le cuentas: si le ocultas un dato, su respuesta no lo tiene en cuenta.
- No decide por ti. Te ayuda a ver la decisión desde otro lado.
- Esto no es asesoría. Si tu decisión es de salud, de leyes o de plata, habla también con un profesional.