



FICHA 2

Actitud ante mí misma

1- ¿Qué imagen tengo de mí misma?

¿Cuál es la imagen que tengo de mí?

¿Cuál es la imagen que creo que tienen los otros de mí?

¿Cuáles son mis cualidades, mis defectos, mis características?

¿Cómo me sitúo frente a este conjunto de posibilidades y limitaciones?

2- Signos que me ayudan a confrontarme en este punto.

El concepto que tenga de mí misma influye poderosamente en la manera de comportarme a todos los niveles, y en las posibilidades que vea de realizarme como persona capaz de amar y ser amada; por esto es importante mirar más detenidamente este punto:

Signos de una imagen positiva

*Me siento a gusto conmigo misma

*Soy capaz de reconocer mis problemas emocionales y afrontarlos con serenidad

*Soy consciente de mis limitaciones y defectos, los reconozco y me abro a lo que otros me pueden aportar para superarlos

*Me identifico conmigo misma y trato de mostrarme como soy

Signos de una imagen menos positiva o abiertamente negativa

*Me avergüenzo de mí y evito que me conozcan como soy.

*Mis problemas emotivo sexuales me encierran en mí misma.

*Me siento amenazada frente a personas que son más fuertes que yo.

*Compruebo distancia entre lo que quiero ser y lo que soy.

*Hay aspectos de mi ser que no acepto: familia, contexto social, talentos, aspecto físico...

¿Qué balance puedo hacer con base en estos puntos?

¿Qué inquietudes me deja este balance?

3- El Señor me conoce, me acepta y me elige como soy.

Lee los siguientes textos: Salmo 139 (138); Jer 1, 5-10.

LEE..... REFLEXIONA..... ORA.....

"No te disperses.

Concéntrate en tu intimidad.

La verdad reside en el hombre interior

Agustín

