

ESTOY SEGURO DE MI SENTIDO DE IDENTIDAD.

Con el tiempo, las experiencias de la vida me moldean en la persona que soy. Me comunico eficazmente con personas que conozco desde hace años, así como con aquellas que estoy conociendo por primera vez.

Pruebo cosas nuevas y también visito a familiares. Ocurren situaciones novedosas en mi vida. Algunas de las personas, visitas y situaciones que me pasas me permiten crecer personalmente. Descubro aspectos nuevos y emocionantes de mí mismo.

Aunque todas estas cosas ocurren durante mi día, mantengo un firme control sobre la persona que soy. Me mantengo familiarizado y conectado con los valores que son importantes para mí.

Las decisiones que tomo cada día ilustran mi personalidad. Mis rasgos de carácter son duraderos, interesantes y positivos. Sé quién soy y me siento muy cómodo con mi sentido de identidad.

Uno de los aspectos más importantes de mi carácter es cómo me esfuerzo por ser la mejor persona que puedo ser en todo momento.

Aunque estoy seguro de mi identidad, acepto y entiendo el valor de incorporar rasgos positivos adicionales en mi vida. Mis esfuerzos por mejorarme son interminables.

En última instancia, cualquier nuevo aspecto de mi carácter se convierte en parte de mi inquebrantable sentido de identidad.

En esencia, mi disposición a evolucionar hacia la mejor persona que puedo ser asegura que esté satisfecho conmigo mismo.

Hoy, veo la persona que realmente soy y reconozco mi importancia. Sé quién soy y me siento cómodo siendo yo. Estoy seguro de mi sentido de identidad.

PREGUNTAS DE AUTO-REFLEXIÓN:

1. ¿Me acepto a mí mismo tal como soy? Si no es así, ¿qué factores me impiden aceptarme?
2. Cuando hay algo que quiero cambiar de mí mismo, ¿cómo gestiono el cambio?
3. ¿Qué podría hacer para sentirme más seguro de quién soy como persona?