

Cómo despegar tu etiqueta

4

Cuatro pasos para despegarte de tu etiqueta:

1. Deja de vivir pegado a tu etiqueta. ¡Demuestra que tú no eres así!

- Cree en el verdadero tú... y no en la etiqueta.
- ¿Como el vivir pegado a mi etiqueta me ha afectado en el pasado, me afecta hoy y me afectará en el futuro?
- Cuando esta etiqueta se haya despegado de mi, ¿cuál será su efecto en mí, en mi familiar, en mis amigos, en la escuela?

2. Recuerda: es FÁCIL probar que tu etiqueta es lo que vale

- Sigue haciendo las mismas cosas una y otra vez.
- Para despegar la etiqueta, debes hacer algo... diferente (y usar) respeto propio, deseo, tiempo y esfuerzo.
- Cuando pruebe que la etiqueta está equivocada, ¿por qué tendré mas oportunidad y libertad?

3. Tu etiqueta pertenece al pasado, hoy "TÚ" decides el quedártela o el empezar a...

"DESPEGARLA"

- Imagina: Mañana te despiertes y tu etiqueta ha desaparecido, ¿qué sería diferente?

4. Deja que "El verdadero Yo" emane tanta fuerza que se tenga que despegar la etiqueta del pasado

- ¿Qué he hecho hoy para despegar la etiqueta?
- ¿Cómo puedo hacer más de esto mañana?

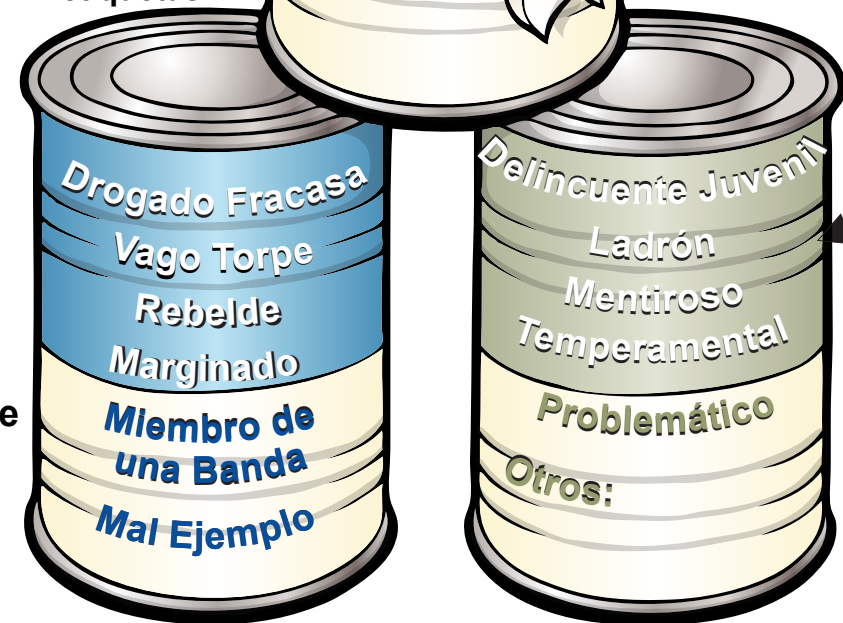
"Mi Verdadero Yo"

3

- ¿Qué es lo que me gusta de mí?
- ¿Qué es lo que a otros les gusta de mí?
- Mis logros.
- Mis capacidades, metas y sueños.
- Si me tuviese que poner una etiqueta a mi mismo, ¿cuál me pondría? (debes ser positivo)

1

Hablar de las etiquetas



2

¿Por qué es fácil rendirse cuando te han puesto una etiqueta?

¿Ha sido motivo de excusa alguna vez?

¿Cuán apegado estoy a esta etiqueta?