

Autoestima Parte 2

Tema: #404

Categoría: Pensamientos



“¿No se venden cinco pajarillos por dos cuartos? Con todo, ni uno de ellos está olvidado delante de Dios. Pues aún los cabellos de vuestra cabeza están todos contados. No temáis, pues; más valéis vosotros que muchos pajarillos.” Lucas 12.6-7

Permita que los miembros que no asistieron la semana pasada completen la hoja de trabajo de Autoestima mientras usted presenta los siguientes consejos para construir la autoestima:

1. No se compare a sí mismo con otros.
2. No hable negativamente acerca de usted mismo.
3. Acepte cumplidos y delos a otros.
4. Rodéese de personas positivas, que le animen.
5. Haga cosas buenas por los demás.
6. Haga cosas buenas para usted mismo.
7. Haga cosas que le inspiren y le satisfagan.
8. Libérese de los “debería”.
9. Recuérdele a usted mismo a diario cómo Dios se siente respecto a usted.
10. Valore lo que Dios piensa por sobre lo que las personas piensan.

Esta semana a usted se le pidió reconsiderar los top diez rasgos que usted usó para evaluar su valor propio.

Preguntas de Discusión:

1. ¿Qué descubrió usted? ¿Sus rasgos se alinean con los rasgos que Dios valora?
2. ¿Descubrió usted que había estado usando algunos rasgos mundanos que realmente no eran importantes para usted?
3. ¿Cómo cambian sus nuevos rasgos su autoestima?
4. Cuando basamos nuestra autoestima en rasgos que son importantes para Dios (en lugar que para el mundo) nos vemos a nosotros mismos a una luz completamente diferente. Lea el versículo Bíblico de arriba y hablen acerca de lo que significa con los miembros del grupo.

Autoestima

(Parte Dos)

(Dé a los miembros tiempo de completar la Hoja de Trabajo de Autoestima comenzada la semana pasada).

Consejos para construir la autoestima:

1. No se compare a sí mismo con otros.
2. No hable negativamente acerca de usted mismo.
3. Acepte cumplidos y de los a otros.
4. Rodéese de personas positivas, que le animen.
5. Haga cosas buenas por los demás.
6. Haga cosas buenas para usted mismo.
7. Haga cosas que le inspiren y le satisfagan.
8. Libérese de los “debería”.
9. Recuérdese a usted mismo a diario cómo Dios se siente respecto a usted.
10. Valore lo que Dios piensa por sobre lo que las personas piensan.

Repase la parte de atrás de la Hoja de Trabajo de Autoestima.

Preguntas de Discusión:

1. ¿Qué descubrió usted? ¿Sus rasgos se alinean con los rasgos que Dios valora?
2. ¿Descubrió usted que había estado usando algunos rasgos mundanos que realmente no eran importantes para usted?
3. ¿Cómo cambian sus nuevos rasgos su autoestima?
4. Lea el versículo Bíblico de arriba y hablen acerca de lo que significa con los miembros del grupo.