Día 3

En una escala del 1 al 10, donde 1 es totalmente falso y 10 totalmente cierto, ¿cuán verdaderas sientes que sean para ti las siguientes afirmaciones?

- Me siento totalmente conectada con mi poder personal
- Yo sé que, pase lo que pase, sabré encontrar una solución a los problemas
- Siento que confío en la vida
- A la hora de conseguir mis metas no me fijo en lo que hacen los demás. Yo sigo mi propio camino
- Me siento a gusto conmigo misma
- Por lo general suelo tener una visión positiva de la vida
- Me doy permiso para disfrutar con frecuencia de las cosas o actividades que me gustan
- Me siento merecedora de conseguir mis metas

(c) 2020 Vivian Watson. Todos los derechos reservados.

Día 3

Escribe tus reflexiones tras hacer el ejercicio:

(c) 2020 Vivian Watson. Todos los derechos reservados.