

## Como você se sente em relação a si mesmo?

Existem diversas teorias que buscam explicar como a nossa personalidade é construída, porque é através dela que tomamos decisões, fazemos escolhas e trilhamos o nosso caminho. Uma delas diz que essa construção acontece baseada em diversos aspectos do cotidiano como:

- 1) Como eu me vejo (o que você acha de si mesmo)
- 2) Como as outras pessoas me vêem (percepção nua e crua de outros relacionado a você)
- 3) Como eu acho que as pessoas me vêem (sua percepção sobre o olhar do outro)
- 4) Como eu gostaria que os outros me vissem ( que imagem você busca construir através dos seus comportamentos)

E de fato, todos esses aspectos têm uma relevância e influência em nossos comportamentos e ao final, nos levam a ser como nós somos e a chegar onde estamos.

Mas... e você? Está satisfeito com o que construiu e os resultados que obteve? Existe algum aspecto que você deseja mudar/melhorar? Se sim, já sabe por onde começar?

A verdade, é que a nossa motivação e satisfação sobre nós mesmos é que será o combustível para as verdadeiras realizações!

"Afinal o cúmulo da insanidade é continuar plantando milho esperando colher maçãs"

Milena Mariano