

PRACTICAS DE AUTOCONOCIMIENTO

LECCION 5

Imagen de sí.

Una cosa es la imagen o impresión que uno desea causar en otros (y eso en buena medida aparece en la forma en que se interpretan los roles) y otra cosa es la impresión, la imagen de sí mismo que uno tiene. Es como preguntarse: "¿Qué pienso yo acerca de mi persona?" Recuerde, no es lo mismo preguntarse eso que preguntarse por la impresión que se quiere causar a otros.

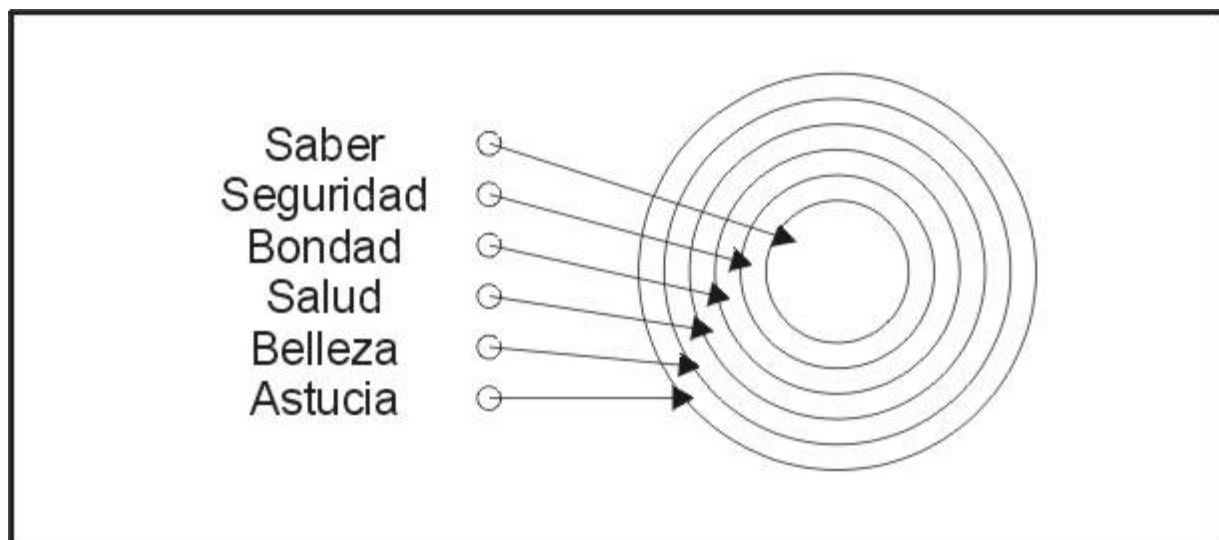
La mejor forma de comprender la imagen de sí consiste en proceder por descarte, por eliminación. Cuando elimine, en este estudio, alguna facultad o posesión y comprenda qué problema le traería tal cosa, podrá comprobar que la imagen de sí mismo tiene fuertes cargas compensatorias que trabajan así para darle una cierta seguridad en la vida. La imagen de sí es de utilidad para autoafirmarse, pero debe comprenderse que su raíz, a veces, descansa en carencias o defectos compensados.

Ejercicio 5.

Pregúntese: "¿Qué sería para mí la pérdida mayor en cuanto a facultades se refiere?" y luego dígame: "acaso la inteligencia, o el saber, o la belleza, o la salud, o la bondad, o la sensibilidad..., etcétera".

Conociendo el sistema de trabajo organice una escala en círculos concéntricos como en la lección anterior, emplazando en el círculo menor la facultad más importante y luego, gradualmente, las de menor relevancia.

Por cierto que habrá que modificar parcial o totalmente las facultades que figuran en el ejemplo que damos a continuación.



Una vez realizado el ejercicio, pregúntese si verdaderamente trata de perfeccionar esas facultades que tanto aprecia. De acuerdo a sus respuestas tendrá una interesante medida de su conformidad o satisfacción con la imagen de sí.

Coteje este ejercicio con el 4 y trate de establecer correspondencias entre la imagen de sí y sus círculos de prestigio. Haga relaciones, vea cómo compensa sus deficiencias y trate de discutir todo esto con las personas que están en el mismo trabajo.

Cuando haya terminado la tarea, plásme en su cuaderno resoluciones o sugerencias a cumplir, para corregir o mejorar la imagen de sí.