

# Quitters

*quit being afraid of what others think*

Matthew 16:25-26 (NIV)...

Then Jesus said to his disciples, “Whoever...wants to save their life will lose it, but whoever loses their life for me will find it. What good will it be for someone to gain the whole world, yet forfeit their soul?”

Activity...

Take a few minutes to reflect on the statements below. Place a check mark next to any statement that you identify with.

It overly affects my sense of self worth when...

- I don't have the approval of certain people.
- I make mistakes or fail.
- Others criticize me.
- I don't know more than others.
- I feel rejected by others.
- I don't feel needed by others.
- Others don't see me as responsible, loyal and dependable.
- Others don't see me as special and unique.
- Others perceive me as weak.
- I'm in conflict with anyone.
- People are mad at me.
- I'm not being productive.
- My kids are not well behaved.
- People don't think well of me.
- Other: \_\_\_\_\_

Think about the past week. Can you recall a situation in which your response to someone was rooted more in fear than in honesty? For example, you remained silent, avoided a difficult topic, gave the impression you agreed when you didn't or lied.

# Dejado

*deja de tener miedo de lo que otros piensan*

Mateo 16:25-26 (NVI)...

Luego Jesús dijo a sus discípulos ... Porque el que quiera salvar su vida, la perderá; pero el que pierda la vida por causa mía, la encontrará. 26 ¿De qué le sirve al hombre ganar el mundo entero, si pierde la vida?

Actividad...

Tómese unos minutos para reflexionar sobre las siguientes afirmaciones. Coloque una marca de verificación junto a cualquier declaración con la que se identifique.

Mi sentido de autoestima se afecta demasiado cuando ...

- No tengo la aprobación de ciertas personas.
- Cometo errores o fallo.
- Otros me critican.
- No se mas que los demás.
- Me siento rechazado por otros.
- No me siento que otros me necesitan.
- Otros no me ven como responsable, leal y de confiar.
- Otros no me ven como especial y único.
- Otros me perciben como débil.
- Estoy en conflicto con otros.
- La gente esta enojada conmigo.
- No estoy siendo productivo.
- Mis niños no se portan bien.
- La gente no piensa bien de mi.
- Otro: \_\_\_\_\_

Piense en la semana pasada. ¿Puede recordar una situación en la que su respuesta a alguien se haya basado más en el miedo que en la honestidad? Por ejemplo, permaneció en silencio, evitó un tema difícil, dio la impresión de que estuvo de acuerdo cuando no lo estaba o mintió.