

	Afirmación	Si / No	Significado
1	Sé que el miedo es solo un sentimiento y lo puedo administrar, lo supere y siga adelante		Autocontrol
2	Soy una persona productiva		Autocontrol
3	Hago lo que digo		Autocontrol
4	Soy una persona positiva con sentimientos positivos hacia mí y hacia los demás		Autocontrol
5	Tengo buena salud		Autocuidado
6	Cuido mi arreglo personal		Autocuidado
7	Se descansar y sé que merezco descanso		Autocuidado
8	Soy de mente abierta		Capacidad aprender
9	Soy consciente de mis errores y aprendí de ellos		Capacidad aprender
10	Soy humilde y siempre estoy listo para aprender. Soy un aprendiz.		Capacidad aprender
11	Estoy ocupado en mi educación de manera permanente		Capacidad aprender
12	Me inspiran y motivan mis sueños e ideales, sigo adelante con facilidad		Metas y objetivos / Rumbo
13	Siempre sigo mis planes		Metas y objetivos / Rumbo
14	Soy cortés y respetuoso con cualquier persona que conozco		Relaciones interpersonales
15	Me rodeo de personas positivas		Relaciones Interpersonales
16	Estoy rodeado de personas que apoyan y fomentan las decisiones saludables		Relaciones interpersonales
17	Se manejar el éxito de los demás y me alegro de sus logros		Relaciones interpersonales
18	Estoy lleno de energía y contagio felicidad		sistema de creencias
19	Soy muy superior a los pensamientos negativos y las acciones bajas		sistema de creencias
20	Soy una persona amable		sistema de creencias
21	Estoy orgulloso de todo lo que he logrado hasta ahora		Valor propio
22	Puedo y sé decir que NO cuando lo necesito		Valor propio
23	Soy una persona que genera confianza		Valor propio