

Dime Como... *Dejar de ser Egoístas en tu relación*



**DRA. DÒRILY
ESQUILÌN**



www.dlcconsultantsinc.com

Muchas veces no nos damos cuenta de que estamos siendo egoístas con las personas que tenemos a nuestro alrededor. Y pensando en este tópico, les comparto los siguientes puntos. La persona egoísta o egocentrista se enfoca solamente en sus deseos, emociones, sentimientos, opiniones, etc. Su frase favorita es: esto es para mí, esto es para mí, ¡y esto es para mí! ¿Conoces a alguien así? ¡Espero que no seas tú!

Algunas características del egoísta son:

1. Demostración severa de inmadurez (que no ha alcanzado su desarrollo completo)
2. Alto despliegue de insensibilidad hacia los demás.
3. Alto despliegue de terquedad (que se mantiene firme o inmóvil en su actitud, aunque se le den razones en contra o se le intente convencer de algo mejor)

¿Conoces a alguien con estas características? ¡No me contestes!

Pero ¿cómo combatimos el egoísmo dentro de las relaciones?

1. Permitamos que los demás nos compartan sus opiniones y perspectivas.
2. Seamos humildes y no seamos extremistas pues no lo sabemos TODO en la vida.
3. Trabajemos para ver las cualidades y habilidades de los demás.
4. Preguntémonos a diario si estamos actuando de manera egoísta y decidamos no hacerlo. Modifiquemos nuestros patrones de conducta, acciones, y palabras.



**DRA. DÒRILY
ESQUILÒN**



www.dlcconsultantsinc.com

Tarea semanal:

1. Preste atención a su relación: **Observe con intención y escuche con atención.**
2. Identifique si está actuando con inmadurez, terquedad, o insensibilidad.
3. Piense de qué manera puede cambiar la atmósfera en sus relaciones.
4. Ame, valore, y respete a los demás.
5. De vez en cuando suelte el timón y permítale a otro ser el capitán.

