



SABOTEADORES INTERNOS - I

(Actitudes y pensamientos que te impiden el crecimiento personal).

Juez



Se centra en lo negativo de sí mismo, de los demás y de las circunstancias. **Lema:** "Todo es malo, nada va a mejorar".

Controlador



Busca que nada se escape de su mirada. **Lema:** "Tener el control siempre asegura el mejor resultado".

Perfeccionista



Su necesidad de orden y perfección va al extremo. **Lema:** "La perfección es el camino más adecuado".

Evitativo



Evita las tareas y los conflictos desagradables. Procrastina, posterga. **Lema:** "Soy positivo. No se logra algo bueno de tratar los conflictos".

Inquieto



Constantemente necesita encontrar nuevas actividades, nunca está satisfecho, siempre desea más. **Lema:** "Esta es la manera de conseguir y experimentar el máximo".

Seguro has podido personificarlos en algún momento, pero según tu personalidad es muy probable que haya uno saboteador más habitual.

Bienestar Universitario

Área de Psicología