

1. TAL COMO SOMOS: AUTOCONCEPTO Y AUTOESTIMA

“La confianza en sí mismo es el primer secreto del éxito” (Emerson).

DEBES SABER ...

*Que el autoconcepto es el conocimiento de tus propias capacidades y de tu valía personal

*Que si dicho conocimiento es positivo, Tú tendrás MAYOR ILUSIÓN, MAYOR CAPACIDAD DE ESFUERZO, Y MAYOR RESISTENCIA A LA FRUSTRACIÓN en caso de no obtener unos resultados muy positivos en tu trabajo, es decir, estudiar.

*Que tú autoestima afecta a todas las facetas de tu vida.



Ejercicios para conocerme:

Observa este gráfico.



