

CONSTRUIMOS NUESTRO AUTOESTIMA



1. Tener autoestima permite:

- Buen rendimiento _____.
- Nos ayuda a mantener una buena relación _____.
- A ser mejores _____.

2. Escribe tres virtudes y tres defectos.

Virtudes

- _____
- _____
- _____

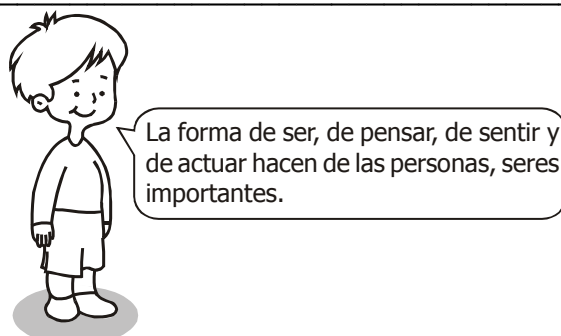
Defectos

- _____
- _____
- _____

3. Describe tus características físicas.

Físicas: _____

4. Si pudieras cambiar algo de ti, ¿qué cambiarías?





INSTITUCION EDUCATIVA PARTICULAR "JUAN PABLO II"

Reflexiona y responde:

Por medio de las siguientes preguntas descubre cómo está tu autoestima.

1. ¿Cómo se forma la autoestima?

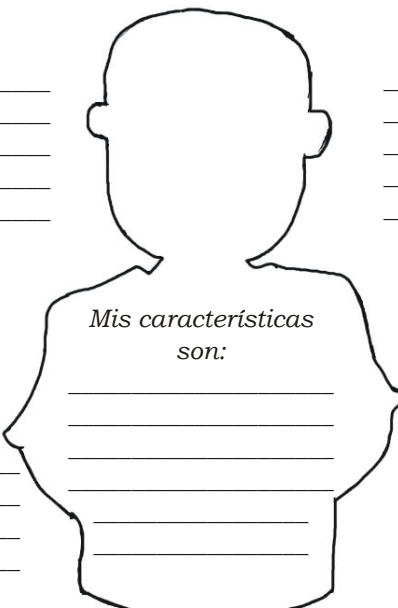
2. ¿Qué sucede cuando alguien te pone apodos ridiculizando tu aspecto físico?

3. ¿Te gusta que las personas te halaguen? ¿Por qué?

4. ¿Generalmente, tomas tus decisiones sólo o consultas con otros? ¿por qué?

1. Dibuja tu rostro en la silueta y completa los espacios.

Mi nombre es: _____.

<i>Virtudes</i>		<i>Defectos</i>
_____		_____
_____		_____
_____		_____
_____		_____
_____		_____
	<i>Mis características son:</i>	

<i>Mis miedos</i>		<i>Habilidades</i>
_____		_____
_____		_____
_____		_____

1. Completa el cuadro y responde con lo que más te gusta:

Comida	Color	Juguete	Lugar
Bebida	Postre	Programa	Canción