



El futuro digital
es de todos

MinTIC

Gerencia del Ser



Unidad 1



Hechos
QUE CONECTAN



Concepto propio – Autoconcepto

Se refiere a los aspectos cognitivos, percepción y la imagen que cada uno tiene de sí mismo.





Concepto propio

¿Qué concepto tienes de ti? ¿Cómo te defines?

Expectativas

¿Cuáles son tus expectativas?



Proyecto de vida

Se refiere a los aspectos cognitivos, percepción y la imagen que cada uno tiene de sí mismo.



https://tomi.digital/es/113817/proyecto-de-vida?utm_source=google&utm_medium=seo



Pasos para hacer un proyecto de vida

1. Analiza tus expectativas

2. Determina tus valores

3. Comprende aquello que te frena

4. Determina tus necesidades

5. Transforma tus necesidades y valores en cadenas de acción

6. Reflexiona sobre el rol que jugarán otras personas en tu vida

7. Aplica tu plan de vida y monitorízalo

8. En caso de que la situación te desborde, acude a terapia psicológica