



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA

Autoformación

1 Cuáles son los factores que afectan el Autoconcepto, la Autoimagen y la autoestima.

R/- El autoconcepto incluye todas las percepciones de un mismo, es decir el aspecto físico, los valores y las creencias que influyen en el comportamiento. Las personas no nacen con un auto concepto, si no que lo va

Desarrollando como consecuencia de sus interacciones sociales con los demás. El autoconcepto positivo está centrado en un mismo y se construye con una frecuencia mínima a las opiniones de terceros.

Existe cuatro componentes del autoconcepto: La identidad personal, la imagen corporal, el desempeño del rol y el autoestima.

Factores que afectan el autoconcepto: los más importantes son, Desarrollo, Familia y cultura, factores es hereditario, Recursos y enfermedad.

LA AUTOIMAGEN Y EL AUTOESTIMA: La auto-Critica constante, compararse con los demás, No poner límites, Descuidar el cuerpo, la mente y el espíritu, rodearse de personas tóxicas, No tener metas, objetos y proyectos personales, Establecer relaciones de dependencia emocional

2 Realiza una lista de mis fortalezas y mi debilidades.

R/- Debilidades

- Dependencia
- Impaciente
- Cobardía
- Mala gestión de vida

Fortaleza

- Solidaria
- Responsable
- Disciplina
- Generosidad



INSTITUCIÓN EDUCATIVA MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA

3. Plasma un dibujo como usted se ve interiormente

R/-



- Una mujer hermosa
- con unos buenos valores
- Respetuosa
- Agradable.
- Llena de vida y felicidad.

4. Que entiendes por conductas inapropiadas.

R/- Es todo lo que hacemos o dejamos de hacer, por que es todo aquello que cumple con alguna de estas características; conlleva riesgo de daño físico para el paciente u otras, interfiere con la actividad educativa.