

TUTORÍA

2º

AUTOCONOCIMIENTO

Autoestima

Reconoce cuando tiene actitudes y relaciones destructivas, emplea estrategias que le permiten superarlas y pide ayuda.

ACTIVIDAD 1

Lee el texto "Conócete a ti mismo" y realiza la actividad.

CONÓCETE A TI MISMO

Desde hace muchos siglos, el hombre sabe que la base de su vida, felicidad y éxito, está en conocerse a sí mismo. Si la mitad de nuestra vida la empleáramos en descubrir cómo somos, la otra mitad podría dedicarse a lograr lo mejor de nosotros mismos y a corregir nuestros errores. Hay quienes dedican largas horas a observarse a sí mismos, hay quienes nunca han sentido la curiosidad. Mediante la observación podremos llegar a saber cómo somos y así:

Aprovecharemos nuestras cualidades.

Concentraremos nuestro pensamiento.

Seremos productivos en nuestras acciones.

Y sobre todo, desarrollar la capacidad de aceptación, que implica la habilidad de reconocernos a nosotros mismos por lo que somos y aceptar a los demás por lo que son.

ARBOL PROYECTO DE VIDA



a) Observa la imagen del árbol de la vida y realiza uno parecido. Agrega tus respuestas.