

TUTORÍA

2º C

SECUNDARIA

AUTOCONOCIMIENTO:

Autoestima

Analiza la influencia que los comentarios de otros y los medios de comunicación provocan en la imagen de sí mismo, en sus deseos y valores.

ACTIVIDAD 1

1. Lee atentamente el siguiente fragmento del texto: "Mi declaración de autoestima" de Virginia Satir.

Yo soy yo.

En todo el mundo, no hay otro que sea igual a mí. Hay personas que tienen algunas partes semejantes a las mías, pero nadie es exactamente como yo. Por tanto, todo lo que provenga de mí es auténticamente mío, porque yo así lo he decidido. Reconozco que hay aspectos en mí que me intrigan, y que hay otros aspectos que desconozco. Pero mientras sea amistoso y amoroso conmigo, puedo buscar con valor y esperanza las soluciones a estas interrogantes y medios para descubrir más sobre mí. Puedo ver, escuchar, sentir, pensar, decir y hacer. Tengo los medios para sobrevivir, para estar unido a los demás para ser productivo y encontrar sentido y orden en el mundo de las personas y cosas que están fuera de mí. Me pertenezco y, por tanto, puedo construirme. Yo soy yo y estoy bien.

2. Comenta tu opinión de la lectura. Después, escribe en el recuadro brevemente tu propia declaración.



ENVIA TUS TRABAJOS

Inbox en mi perfil de Facebook

<https://www.facebook.com/almarosa.martindelcampo.3>

o a mi Whatsapp 479-1507376