



**Mi Universidad**

**Súper nota**

*Nombre del Alumno: Karla Sayuri García Hernández*

*Nombre del tema: aspecto personal*

*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: Psicología evolutiva*

*Nombre del profesor: Claudia Ivette Espinoza Gordillo*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología*

*Cuatrimestre: 7*

## ASPECTO PERSONAL

### LA VIDA

Es un aprendizaje continuo que comienza desde el nacimiento y con el paso del tiempo va dependiendo de nuestra voluntad y motivación mantener activo el proceso de formación.



### DESARROLLO PERSONAL

Es un proceso constante de superación y crecimiento en distintas áreas de nuestra vida: afectivas, emocionales, profesionales, intrapersonales, académicas etc.



## CAMBIOS QUE DEBEMOS REALIZAR

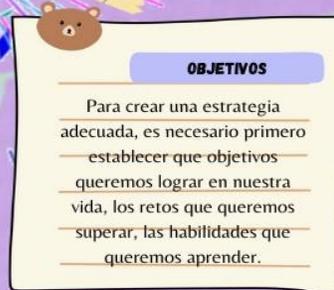
### AUTOCONOCIMIENTO

Habilidad que tiene una persona para descubrirse a sí mismo, que usualmente ayuda a identificar nuestras fortalezas y debilidades, para así después trabajar en ellas.



### OBJETIVOS

Para crear una estrategia adecuada, es necesario primero establecer que objetivos queremos lograr en nuestra vida, los retos que queremos superar, las habilidades que queremos aprender.



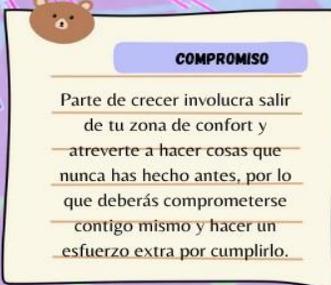
### VALORES

Los valores nos inculcan desde muy pequeños, y aunque es verdad que la mayoría viene desde casa, otra parte la creamos de acuerdo al contexto social y cultural que vivimos.



### COMPROMISO

Parte de crecer involucra salir de tu zona de confort y atreverte a hacer cosas que nunca has hecho antes, por lo que deberás comprometerte contigo mismo y hacer un esfuerzo extra por cumplirlo.



## **“BIBLIOGRAFÍA”**

- **Universidad del sureste. Aspecto personal (pp.68-70)**