



**Nombre de alumno: Dulce Mariana
Escobedo González**

**Nombre del profesor: Oscar
Carreri Romero**

Nombre del trabajo: Autoconcepto

Materia: Comportamiento Social

Grado: 4° Grupo: "A"

Autoconcepto

opinión o impresión que se tiene de sí mismo

¿Qué es?

Es una construcción cognitiva que influye en la percepción que tenemos de nosotros mismos.

Es crucial en el desarrollo de la personalidad, determina cómo nos vemos, cómo nos sentimos y cómo nos comportamos

autoconcepto positivo

Autoestima, autoimagen, autoconfianza, autodeterminación y autorresponsabilidad. Percibir el propio valor como persona. La autoimagen se relaciona con la autoaceptación y presentarse a uno mismo de manera segura.

Beneficios



BIENESTAR EMOCIONAL

Un autoconcepto positivo está ligado a un mayor bienestar emocional, lo que se traduce en menos ansiedad, depresión y estrés



RELACIONES SOCIALES

Las personas con un autoconcepto positivo tienden a tener relaciones sociales más sólidas y satisfactorias



RENDIMIENTO ACADEMICO

Un autoconcepto positivo puede contribuir a un mayor rendimiento académico y motivación para aprender.



SALUD FISICA

El autoconcepto positivo puede influir en la salud física, promoviendo hábitos saludables y una mejor respuesta al estrés.

Se divide en 4 dimensiones:

autoconcepto personal

Se refiere a la percepción que tenemos de nuestros valores, nuestras creencias, nuestros intereses y nuestra personalidad.



autoconcepto físico

Se refiere a la percepción que tenemos de nuestro cuerpo, nuestra apariencia y nuestra salud. Incluye nuestra satisfacción con nuestro físico

autoconcepto académico

Percepción que tenemos de nuestras habilidades académicas, nuestra capacidad de aprendizaje y nuestro éxito en el ámbito educativo

autoconcepto social

Capacidad para interactuar con los demás. Incluye nuestra percepción de nuestras habilidades sociales y capacidad para hacer amigos