

Nombre de alumno: Fabiola Méndez García

Nombre del profesor: Oscar Carreri Romero

Nombre del trabajo: Infografía

Materia: Comportamiento Social

Grado: 4°

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de Octubre de 2023.

AUTOCONCEPTO



Concepto

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

Es un elemento crucial en el desarrollo de la personalidad, ya que determina cómo nos vemos, cómo nos sentimos y cómo nos comportamos.

Beneficios

✧ Bienestar emocional

Menos ansiedad, depresión y estrés.



✧ Rendimiento Académico

Mayor rendimiento académico y motivación para aprender.



✧ Relaciones Sociales

Relaciones sociales más sólidas y satisfactorias



✧ Salud Física

Hábitos saludables y una mejor respuesta al estrés.

Dimensión del Autoconcepto

Autoconcepto Físico

Es la percepción que tenemos de nuestro cuerpo, nuestra apariencia y nuestra salud.

Autoconcepto Social

Es la percepción que tenemos de nuestras relaciones sociales, nuestra capacidad para interactuar.

Autoconcepto Personal

Es la percepción que tenemos de nuestros valores, creencias, intereses y nuestra personalidad.

Autoconcepto Académico

Es la percepción que tenemos de nuestras habilidades académicas, nuestra capacidad de aprendizaje.