



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Aguilar López Jorge Alberto

Nombre del tema: Proyección personal y profesional

Parcial: II

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Alejandro Aguilar Morales

Nombre de la Licenciatura: Arquitectura

Cuatrimestre: 8

PROYECCION PERSONAL Y PROFESIONAL

CONOCIMIENTO DE SI MISMO



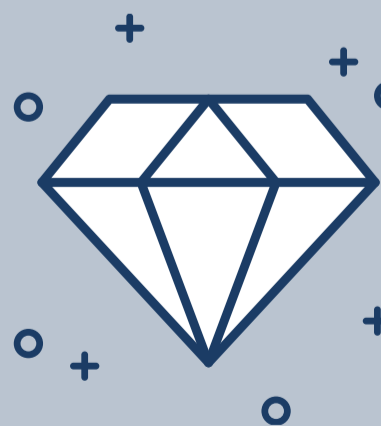
El autoconocimiento es la clave para una vida plena y equilibrada. Comprender nuestras emociones, pensamientos y comportamientos nos permite tomar mejores decisiones y fortalecer nuestra identidad. A través de la reflexión y la autoevaluación, podemos identificar nuestras fortalezas, debilidades y aspiraciones, lo que nos ayuda a desarrollar una versión más auténtica de nosotros mismos.

ANALISIS DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL AUTOCONCEPTO

El autoconcepto es la percepción que tenemos de nosotros mismos, formada a partir de experiencias, interacciones sociales y valores personales



AUTOESTIMA



La autoestima es la valoración que hacemos de nosotros mismos. Es fundamental para el bienestar emocional y el éxito en diferentes ámbitos de la vida. Para fortalecerla, es importante trabajar en la autoaceptación y el reconocimiento de nuestras cualidades. Evitar la autocrítica excesiva y enfocarnos en el crecimiento personal nos permite desarrollar una imagen más positiva de nosotros mismos. Cuando establecemos metas realistas y celebramos nuestros logros, reforzamos nuestra confianza y motivación para seguir avanzando. Además, rodearnos de personas que nos apoyen y fomenten una visión positiva de nosotros mismos contribuye a consolidar una autoestima saludable.