



ALUMNO: ISAAC GABRIEL AGUILAR CANO

LICENCIADO: ALEJANDRO AGUILAR MORALES

MATERIA: PROYECTO PROFESIONAL

PARCIAL: 2

LICENCIATURA: ARQUITECTURA

FECHA: 16 DE FEBRERO DEL 2025

**Conocimiento de Sí Mismo** El conocimiento de sí mismo es la capacidad de una persona para reconocer sus propias emociones, pensamientos, fortalezas, debilidades, valores y comportamientos. Es un proceso clave para el desarrollo personal, ya que permite la autorreflexión y la toma de decisiones más acertadas en la vida.

**Beneficios:** Favorece el crecimiento personal. Mejora las relaciones interpersonales. Facilita la toma de decisiones. Aumenta la inteligencia emocional.

**Análisis de los Factores Relacionados con el Autoconcepto** El autoconcepto es la percepción que una persona tiene de sí misma en distintos ámbitos de su vida (personal, académico, social, etc.). Se forma a lo largo del tiempo y está influenciado por varios factores:

**Factores Internos:** Experiencias personales. Rasgos de personalidad. Estado emocional y mental. Percepción de logros y fracasos.

**Factores Externos:** Familia y crianza. Influencia de amigos y entorno social. Cultura y sociedad. Experiencias en la educación y el trabajo

**Autoestima** La autoestima es la valoración y percepción que una persona tiene de sí misma. Puede ser alta, baja o inestable, y está influenciada por el autoconcepto.

**Tipos de Autoestima:** Alta: Seguridad en sí mismo, confianza y actitud positiva. Baja: Inseguridad, miedo al rechazo y tendencia a la autocrítica. Inestable: Fluctúa dependiendo de las circunstancias externas