



JOSE MIGUEL ALFARO PEREZ

ALEJANDRO AGUILAR MORALES

CUATRIMESTRE: 8°

LICENCIATURA EN ARQUITECTURA

PROYECCION PROFESIONAL

SUPER NOTA

CONOCIMIENTO DE SI MISMO

El conocimiento de si mismo es la capacidad de mirarnos de manera honesta, sin juicios, para comprender nuestras fortalezas, debilidades, valores, deseos, emociones y pensamientos. Esta autorreflexión nos permite tener claridad sobre nuestras necesidades, metas y cómo nos enfrentamos a los desafíos de la vida. Además, el conocimiento de si mismo fomenta la autenticidad, lo que significa actuar en coherencia con lo que verdaderamente somos, sin intentar ser lo que los demás esperan de nosotros.

ANALISIS DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL AUTOCONCEPTO

El autoconcepto se refiere a la imagen que tenemos de nosotros mismos: cómo nos percibimos, qué creemos sobre nuestras habilidades, nuestras características personales y nuestra identidad en general. Es el conjunto de pensamientos y creencias que tenemos sobre nuestro ser. Este concepto se forma a lo largo de nuestra vida, influenciado por experiencias personales, relaciones familiares, la cultura y las interacciones sociales.

AUTOESTIMA

La autoestima se refiere a la valoración personal que tenemos sobre nosotros mismos. Es la medida de éxito. La autoestima no es un estado fijo; fluctúa a lo largo de la vida dependiendo de nuestras experiencias, logros y, sobre todo, de cómo interpretamos esas experiencias. Una autoestima alta está asociada con una mayor confianza y satisfacción con la vida, mientras que una autoestima baja puede resultar en inseguridad, ansiedad y una tendencia a evitar desafíos.

SUPER NOTA

