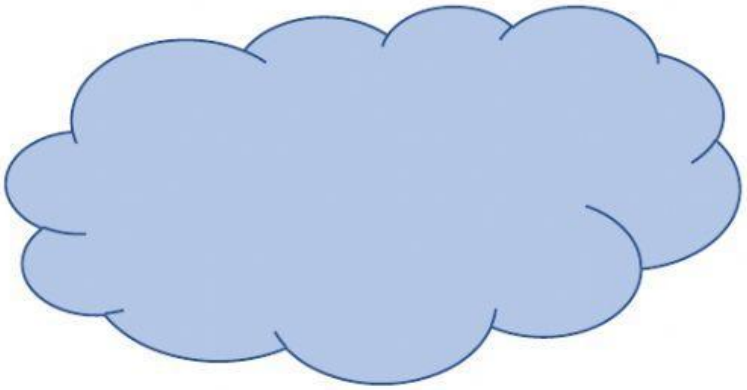
L'autoestima

Has pensat alguna vegada com ets? T'invito a fer-ho. Has de pensar en el que diuen els altres de tu.

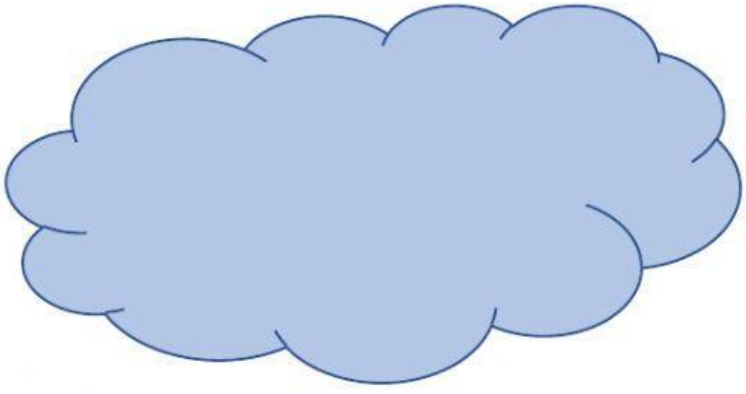
Pots triar qualsevol dels adjectius que et semblin adequats de la següent llista

Valiente	Confiado	Alegre
Desobediente	Amistoso	Grosero
Feliz	Obediente	Popular
Enfadado	Descarado	Fuerte
Sincero	Atrevido	Infeliz
Listo	Perezoso	Optimista
Orgulloso	Desconfiado	Egoísta
Estúpido	Generoso	Impopular
Cobarde	Creativo	Educado
Pesimista	Bueno	Razonable
Cuidadoso	Agresivo	Limpio
Débil	Inteligente	Caprichoso
		Desastroso

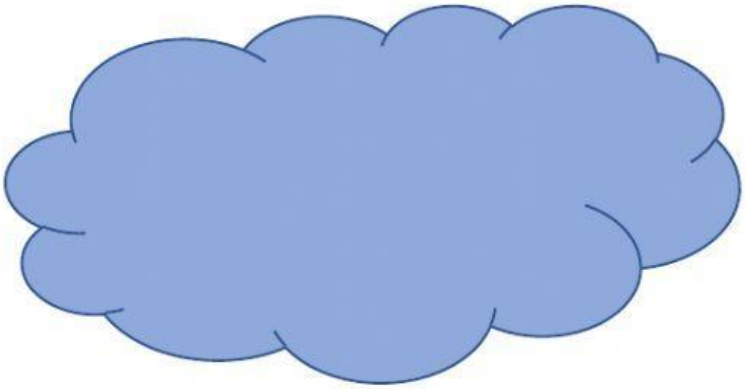
- La teva família



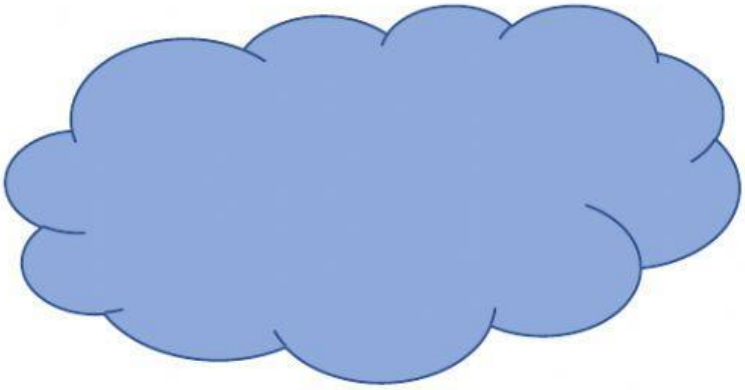
- Els teus amics



- Els teus companys



- Els teus professors



L'autoestima és la valoració que fem de nosaltres mateixos; és a dir el que ens volem i això depèn de la imatge que tenen els altres de nosaltres i de la nostra pròpia.

Reflexió personal

- Què és el que més t'agrada de tu?
  1.
  2.
  3.

- I el que menys t'agrada?
  1.
  2.
  3.

- Com t'agradaria ser?