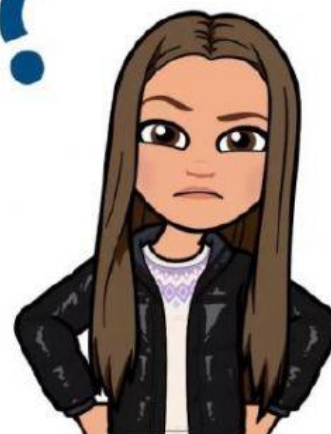


¿ QUÉ ES LA AUTOESTIMA ?



La **autoestima** se define como un conjunto de percepciones, evaluaciones, pensamientos y sentimientos que tenemos hacia nosotros mismos.

De forma más clara, la **autoestima** es la valoración que hacemos de nosotros mismos, es decir, cómo nos juzgamos y nos valoramos a nosotros mismos.

REFLEXIONAMOS...

1. ¿Cómo se siente Haston al principio?

2. ¿Cómo se siente Haston con respecto a los demás perros de la academia?

3. ¿Cuál crees que es la clave para que Haston se pusiera al nivel de los demás?

4. ¿Qué adjetivos utilizarías para definir a Haston?

5. ¿Crees que te pareces a Haston?

Ponme un ejemplo de tu vida donde te hayas sentido identificado.

