



Los cuatro pilares de la AUTOESTIMA



Autoconcepto

Qué piensas
de ti mismo



Autoimagen

Qué opinión
tienes de tu
aspecto



Pueden ser Pilares
de Felicidad o los
cuatro Jinetes del
Apocalipsis



Autorrefuerzo

En qué medida
te premias y
gratificas

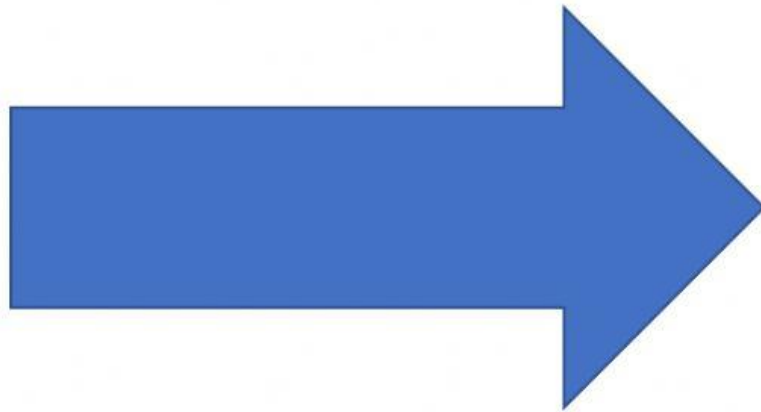


Autoeficacia

Cuánta
confianza tienes
en ti mismo

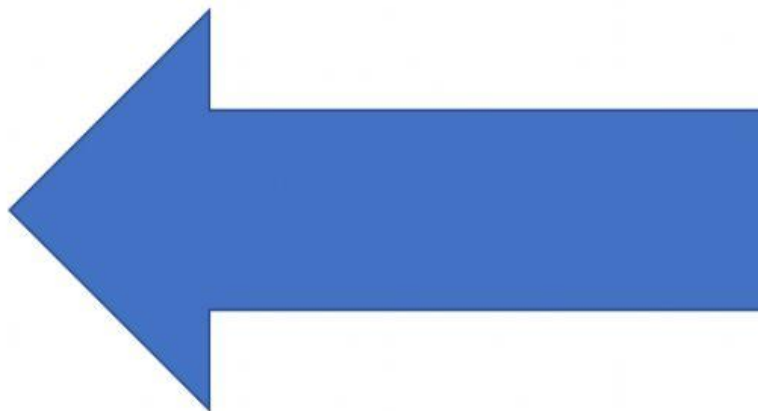


AUTOCONCEPTO



Describe lo que piensa de ti ahorita mismo o durante la semana

AUTOIMAGEN



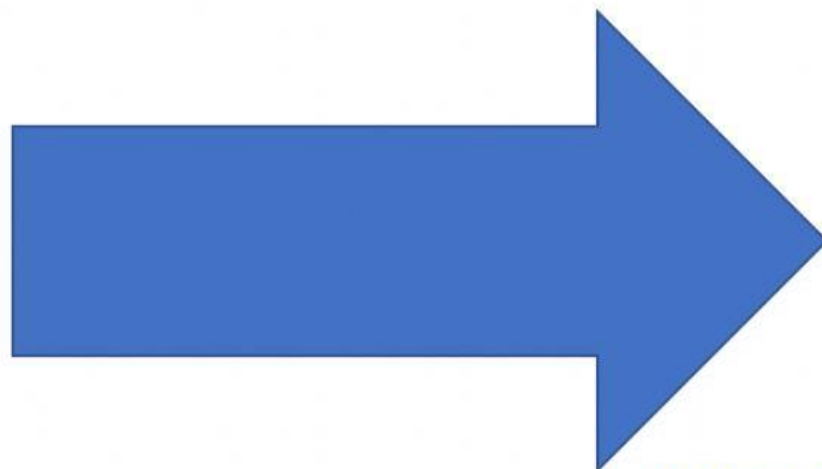
Describe lo que piensas sobre tu autoimagen lo que te gusta y lo que no te gusta

Auto refuerzo



describe si alguna vez te has premiado por tu forma de ser

Autoeficacia



Listado de 3 elogios



LISTADO DE 3 MIS ORGULLOS

