

¡¡Hola chicos/as!!

Hoy nos toca aprender sobre el "AUTOCONOCIMIENTO"

Lo primero es saber ¿QUÉ ES?



AUTOCONOCIMIENTO es conocerse a uno/a mismo/a.

Mira el siguiente vídeo para comprenderlo mejor...



¿QUÉ NOS ENSEÑA ESTE VÍDEO?

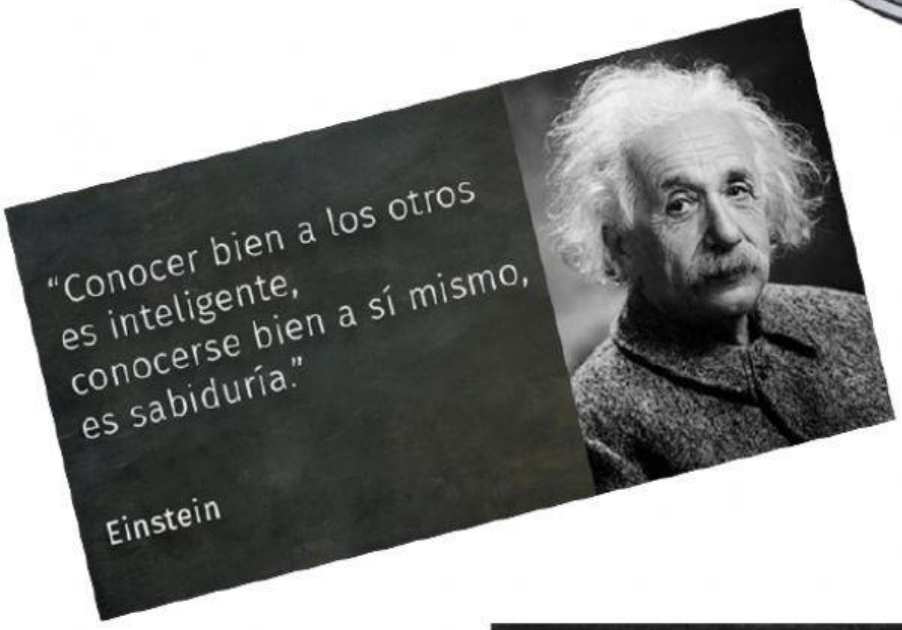


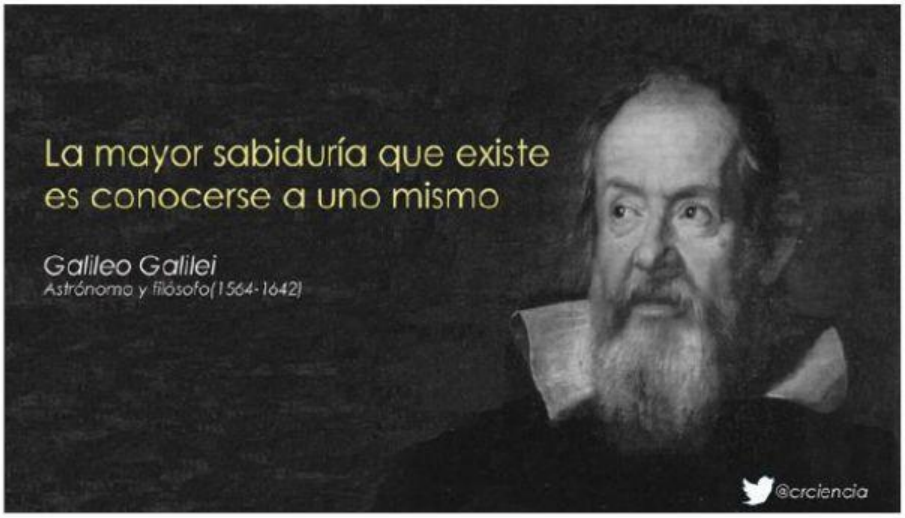
LIVEWORKSHEETS

- Nadie es perfecto, todos tenemos cualidades y defectos.
- Cuando conocemos nuestras cualidades y defectos, y aceptamos estos últimos, podemos reaccionar de forma positiva ante ellos.

VEAMOS ¿QUÉ DICEN POR AHÍ?

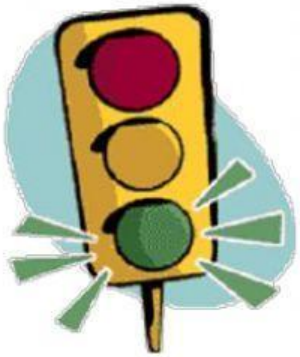






LIVEWORKSHEETS

ACLARAMOS LAS IDEAS...







AUTOCONOCIMIENTO ES...

☺ Reflexionar sobre cómo soy.

☺ Descubrir mis cualidades y debilidades.

☺ Ser valiente...

AUTOCONOCIMIENTO NO ES...

☹ Ser vanidoso/a.

☹ Menospreciar a los demás.

RECUERDA:



❤ Todos/as tenemos cualidades y defectos.
Nadie es perfecto.



❤ Todos/as poseemos enormes recursos... Hay quien los conoce y los valora ¡Qué bien! Y hay quien no ¡Qué lástima!

LIVEWORKSHEETS



LA HORA DE LA VERDAD...

Contesta las siguientes preguntas.

1. ¿QUÉ ES AUTOCONOCIMIENTO?

- [ ] Es conocerse a uno/a mismo/a.
- [ ] Es conocer en profundidad a todas las personas que conocemos.
- [ ] Todas las anteriores son correctas.

2. LAS PERSONAS...

- [ ] Todas son perfectas. Sólo tienen cualidades.
- [ ] No son perfectas, tienen cualidades y defectos.
- [ ] Todas las anteriores son correctas.

3. TODOS/AS TENEMOS RECURSOS QUE NOS AYUDAN...

- [ ] A ser mejores personas.
- [ ] Hay personas que valoran esos recursos y los utilizan, pero hay otras que no lo hacen.
- [ ] Todas las anteriores son correctas.

LIVEWORKSHEETS

¿TE HAS DADO CUENTA?...

Tanto Galileo Galilei como Einstein nos dicen casi lo mismo...
Escribe con tu propias palabras qué entiendes tú de sus citas:



POR ÚLTIMO, TE ANIMO A QUE TOMES UN TIEMPO PARA PREGUNTARTE SI TE CONOCES REALMENTE. ¿CUÁLES SON TUS FORTALEZAS (LAS COSAS POSITIVAS QUE TIENES) Y TUS DEBILIDADES (LAS QUE NO SON POSITIVAS) Y REFLEXIONA EN CÓMO PUEDES UTILIZAR LOS RECURSOS QUE TIENES PARA SENTIRTE MEJOR Y AYUDAR A LAS PERSONAS QUE TE RODEAN...

Mis fortalezas...

Mis debilidades...



RECUERDA ENVIAR TUS RESPUESTAS...

Por: Any Nícolas

Reconocimiento - NoComercial - Compartirigual (by-nc-sa): No se permite un uso comercial de la obra original ni de las posibles obras derivadas, la distribución de las cuales se debe hacer con una licencia igual a la que regula la obra original.

CONEXIÓN CONVIVENCIA

LIVEWORKSHEETS