



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LENINGRADO

Resol. No.2285 de mayo 02 de 2011 Jornada Diurna

Resol. No. 3212 de Julio 01 de 2011 Jornada Nocturna

NIT 816.002.832-0 DANE 166001002886



TALLER JUNIO

NOMBRE DEL TALLER: Conmigo mismo "Autoconcepto"

- **ÁREA:** ERES
- **DOCENTE:** Laura María Grisales
- **GRUPO:** Caminar 2
- **FECHA:** Junio de 2024

FASE DE PLANEACIÓN O PREPARACIÓN

COMPETENCIA: Reconocer las distintas etapas de la vida y los cambios que se tiene en cada una de ellas.

EVIDENCIA DE APRENDIZAJE: Identificar y entender cuáles son los cambios que vive durante la adolescencia

FASE DE EJECUCIÓN O DESARROLLO

Autoconcepto – Nuevos cambios, nuevos retos

TEORÍA:

El **autoconcepto** es la percepción y valoración que una persona tiene de sí misma, abarcando aspectos como sus habilidades, características, roles sociales y creencias personales. Es una construcción mental y emocional que se desarrolla a lo largo de la vida, influenciada por experiencias personales, interacciones sociales y la reflexión interna.

Características del Autoconcepto:

1. **Multidimensional:**

- El autoconcepto abarca diversas áreas de la vida, como el autoconcepto académico, social, físico y emocional.
- Cada una de estas áreas puede influir en el autoconcepto general de una persona.

2. **Dinámico:**

- El autoconcepto no es estático; puede cambiar con el tiempo a medida que las personas adquieren nuevas experiencias y conocimientos.
- Factores como el feedback social, los logros personales y los fracasos pueden modificar la percepción de uno mismo.

3. **Subjetivo:**

- El autoconcepto es una percepción personal y puede no reflejar la realidad objetiva.



- Las personas pueden tener una visión positiva o negativa de sí mismas que no coincida con cómo las ven los demás.
- 4. **Influencia Social:**
 - Las opiniones y reacciones de otras personas, especialmente de figuras significativas como padres, maestros y amigos, juegan un papel crucial en la formación del autoconcepto.
 - La comparación social también puede afectar cómo una persona se ve a sí misma.
- 5. **Autoevaluación:**
 - Las personas evalúan sus propias capacidades y características en comparación con ciertos estándares personales o sociales.
 - La autoevaluación puede ser positiva (autoestima alta) o negativa (autoestima baja).
- 6. **Autoconciencia:**
 - Implica un nivel de autoconciencia, donde las personas son conscientes de sus pensamientos, emociones y comportamientos.
 - La autoconciencia puede llevar a una mayor comprensión y control de uno mismo.
- 7. **Identidad:**
 - El autoconcepto está estrechamente relacionado con la identidad personal y cómo una persona se define a sí misma.
 - Incluye aspectos como el género, la cultura, la profesión y los roles sociales.
- 8. **Autoimagen:**
 - La autoimagen es una parte del autoconcepto que se refiere a la percepción de la apariencia física y el cuerpo.
 - Una autoimagen positiva puede contribuir a un autoconcepto saludable y viceversa.
- 9. **Autocompetencia:**
 - Se refiere a la percepción de la propia capacidad para realizar tareas y alcanzar metas.
 - Las experiencias de éxito y fracaso influyen en el sentido de competencia personal.

Importancia del Autoconcepto:

- **Salud Mental:** Un autoconcepto positivo está asociado con una mejor salud mental y bienestar emocional.
- **Motivación:** La percepción que una persona tiene de sus propias capacidades puede influir en su motivación y disposición para enfrentar desafíos.
- **Relaciones Interpersonales:** Un autoconcepto saludable facilita relaciones interpersonales más satisfactorias y equilibradas.
- **Desarrollo Personal:** Conocer y comprender el propio autoconcepto puede ser el primer paso hacia el crecimiento y desarrollo personal.

En resumen, el autoconcepto es una construcción compleja y multifacética que desempeña un papel crucial en la vida de cada individuo, influenciando su comportamiento, decisiones y bienestar general.

EJEMPLOS:



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LENINGRADO

Resol. No.2285 de mayo 02 de 2011 Jornada Diurna

Resol. No. 3212 de Julio 01 de 2011 Jornada Nocturna

NIT 816.002.832-0 DANE 166001002886



FASE DE EVALUACIÓN

ACTIVIDAD A EVALUAR:

Desarrolla en tu cuaderno las siguientes actividades:

1. Responde las preguntas

CÓMO SOY



2. Lee las siguientes afirmaciones y haz una "X" en aquellas tres que más describen lo que vives en estos momentos de tu vida.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LENINGRADO

Resol. No.2285 de mayo 02 de 2011 Jornada Diurna

Resol. No. 3212 de Julio 01 de 2011 Jornada Nocturna

NIT 816.002.832-0 DANE 166001002886



	Me gustan los cambios que ha tenido mi cuerpo.
	Me gusta mucho más que antes hablar con mis amigos.
	Tengo los mismos amigos de siempre y ahora hacemos actividades diferentes que me gustan mucho.
	Ahora mi cuerpo tiene sensaciones que no tenía antes, es raro, pero está bien.
	Tomo varias decisiones que antes otros tomaban por mí.
	Conservo algunas características de mi niñez, por ejemplo:
	Hasta ahora estoy procesando tantos cambios en mi cuerpo y en mi forma de ser, no ha sido fácil pero ahí voy...
	Tengo muchos cambios de ánimo: de mucha alegría a mucha rabia, de estar feliz a estar triste... en fin... esto es un poco difícil...
	Cuestiono las ideas y comportamientos de los adultos que están a mi alrededor, esto me hace sentir:

3. Realizo el cuadro y respondo:

