



## ■ AUTOESTIMA

FECHA: J 11/01/2024

HORARIO: 17:00-19:00

DIRIGIDO A:  
Estudiantes

Taller sobre la autoestima, autoconcepto y autoimagen.

En el taller “Me miro, me cuido”, se abordarán los conceptos de autoestima, autoconcepto y autoimagen y qué factores los definen. Además, se trabajarán habilidades que permiten a la persona afrontar aquellas situaciones negativas que pueden surgir a partir de la percepción que tenemos de nosotros mismos.