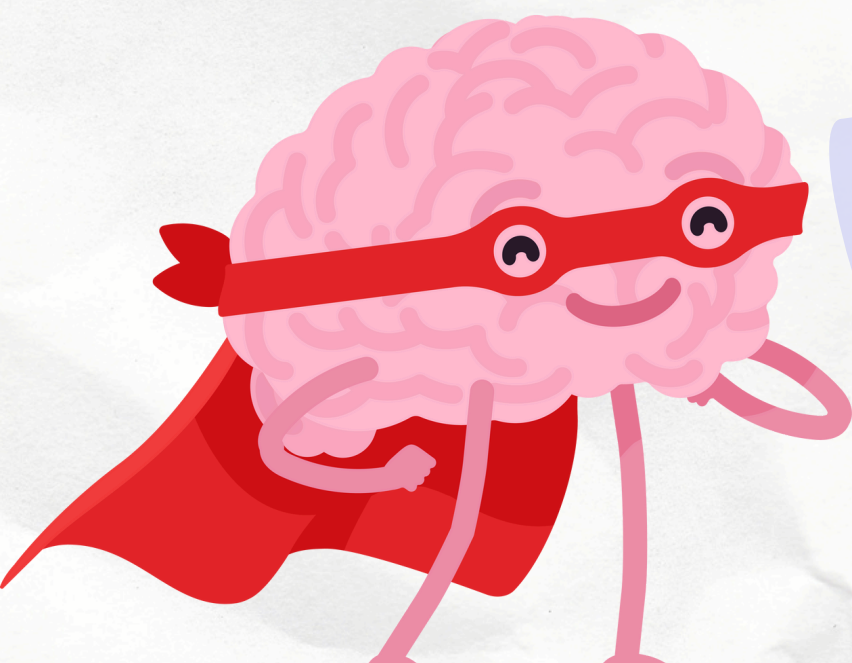


TU SUPERPODER INTERIOR: UN VIAJE A LA AUTOESTIMA



Te invitamos a explorar tu identidad única y a fortalecer tu autoestima, ese superpoder interno que te hace sentir valioso y seguro.

¿QUIÉN ERES TÚ? ¡DESCÚBRELO!

¡HOLA! ¿Sabes lo genial que es ser tú?
En la adolescencia, estás en un viaje
para descubrir tus talentos, tus gustos
y todo lo que te hace una persona
única.



AUTOESTIMA



Es como un súper poder que se fortalece cuando te tratas bien. No se trata de ser perfecto.

Se trata de cómo te valoras a ti mismo y la confianza que tienes en tus propias habilidades.

CONSEJOS PARA
MEJORAR LA
AUTOESTIMA

ACEPTA TUS
IMPERFECCIONES
Nadie es perfecto, ¡¡ Y eso nos
hace especiales!!

SE TU MEJOR AMIGO
Háblate con amabilidad y compasión que
le darías a una persona que quieres

RECONOCE TUS LOGROS
terminaste una tarea difícil, ayudaste a
un amigo ¡¡Eso cuenta!!



Recuerda:

PSICOBOLÉTIN

QUIÉRETE MUCHO

ERES UNA PERSONA AUTÉNTICA Y VALIOSA.
TUS TALENTOS, TU HISTORIA Y TUS SUEÑOS TE
HACEN ÚNICO





Síguenos en:



Colegio San Isidro - ICA



Síguenos en:



Centro Psicológico San Isidro