



## DESAFÍO DE LA SEMANA:

4. *¿Cuál de los peldaños de la autoestima crees que es más complicado desarrollar para un adolescente? ¿Por qué?*

5. *En base a los pilares de la autoestima, propón 5 maneras de alcanzar, desarrollar o mantener una autoestima adecuada.*

1	
2	
3	
4	
5	

6. *Elabora tu propia escalera de la autoestima, donde coloques imágenes o dibujos que representen cada uno de los peldaños y elige una frase que te motive a ser mejor.*

EVALUANDO MI APRENDIZAJE	
¿Qué logré hacer en mi trabajo?	
¿Qué fue más difícil hacer?	
¿Qué puede mejorar en mis trabajos?	
¿Cómo puedo hacer para mejorarlos?	