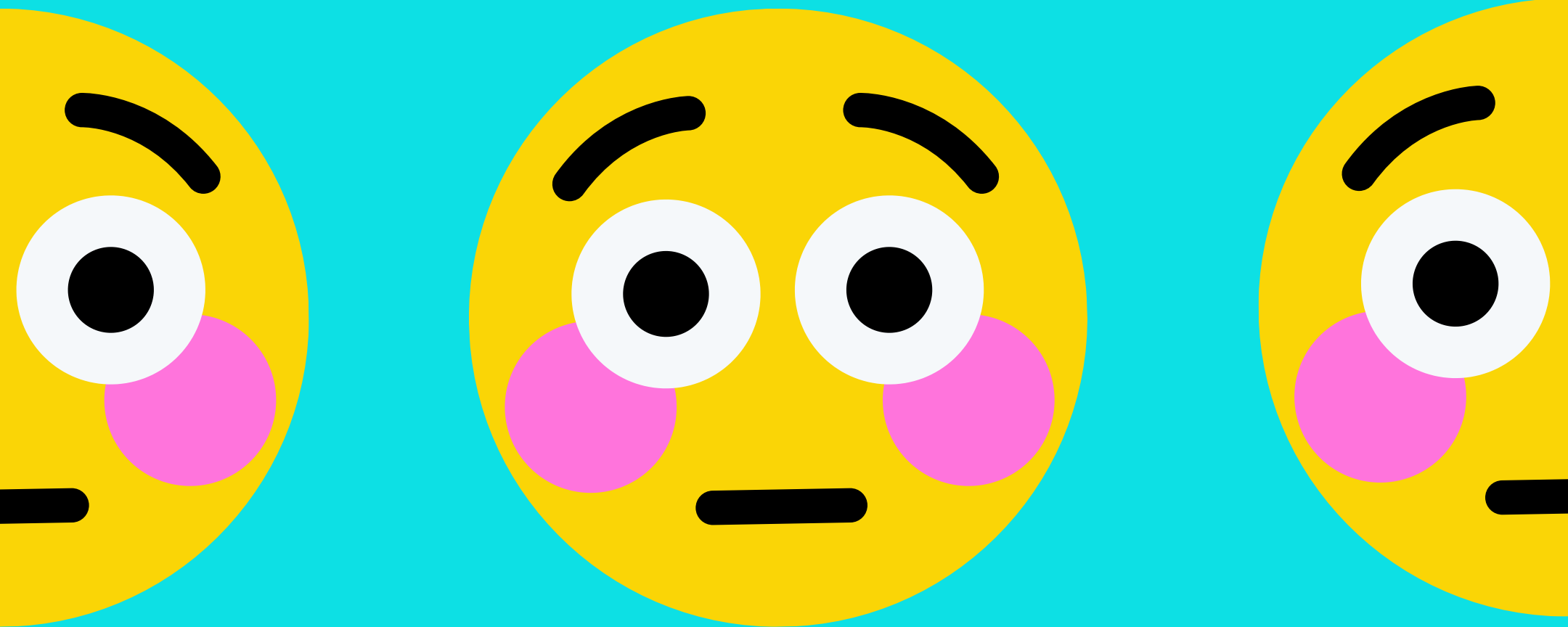


**SÍNTOMAS QUE ME
PUEDEN AVISAR**



**QUE TENGO PROBLEMAS
CON MI AUTOESTIMA**



No expreso mis gustos u opiniones
por miedo a ser rechazado o por
pensar que mis opiniones no tienen
el mismo valor que las opiniones de
los demás



No me relaciono con los demás
como me gustaría ya que pienso que
no voy a hacerlo bien



Me cuesta acabar lo que empiezo ya
que me desmotivo con mucha
facilidad



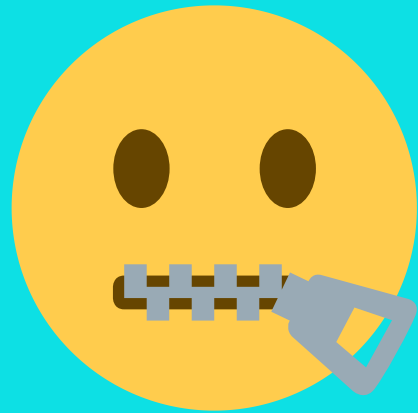
Cuando fracaso, siempre
creo que yo tuve la culpa.



Necesito que a los otros les guste lo
que hago
con mucha frecuencia.



Tomar decisiones es muy difícil ya que creo que decida lo que decida lo más probable es que me equivoque, así que me dejo llevar por lo que decidan los demás,



Siempre siento
que no tengo
nada que aportar

**SI RESPONDISTE QUE
SI A MÁS DE 4 DE
ESTAS
AFIRMACIONES...**

**DEJAREMOS UN PLAN
DE PEQUEÑAS COSAS
QUE PUEDES HACER
DESDE CASA PARA
AUMENTAR TU
AUTOESTIMA.**



**ATENCIÓN A NUESTRAS
PRÓXIMAS
PUBLICACIONES**