

Lezione 2: potete trovare il video della seconda lezione al seguente indirizzo
https://youtu.be/kSj_gPbbirk

Nome _____

Data _____

1. Breve definizione dell'autostima

2. Cosa si intende per Sé percepito:

- è la visione oggettiva di quelle abilità, caratteristiche, e qualità che sono presenti o assenti
- è la percezione del mondo circostante
- è come desideriamo essere

3. Cosa si intende per Sé ideale:

- è la valutazione oggettiva delle nostre competenze
- è l'immagine della persona che ci piacerebbe essere
- è l'idea perfetta della realtà

4. I problemi legati all'autostima nascono dalla discrepanza tra sé ideale e sé percepito

- vero
- falso

5. L'autostima dipende:

- da fattori interni, cioè dai propri schemi di apprendimento
- da fattori esterni, come ad esempio i successi che otteniamo
- da entrambi
-

Terminato il test, inviatelo al seguente indirizzo mail francescachiovelli82@gmail.com indicando nell'oggetto Cognome test lezione1

Grazie