

PROSESOS DE SUPERACIÓN

Este es el momento de desentrañar la identidad interior que nos hace diferentes. Los procesos de superación son los siguientes:

• **El auto-conocimiento:** es lograr comprender cuáles son las áreas que más problemas plantea en la vida. Es importante que el alumno se conozca, que cuente su historia, identifique sus propias fortalezas y debilidades.

• **El auto-aceptación:** se logra cuando el alumno se da cuenta de que las cosas buenas no solo pertenecen a los demás.

• **El pensamiento crítico:** es desarrollar competencias en el manejo de las ideas, para que las cosas sean un poco más claras.

• **El apoyo social:** es establecer relaciones con diferentes organizaciones para conseguir recursos.

• **Activas y positivas:** es creer en uno mismo que el auto-aceptación lleva a resultados muy satisfactorios.

• **Altruismo:** es querer contribuir a la sociedad.



• **Resiliencia:**