

EL CUERPO IDEAL ES EL TUYO

¿CÓMO TE VES?



ENUMERA...

5 COSAS QUE TE GUSTAN DE TI

.....

.....

.....

.....

.....

5 COSAS QUE NO TE GUSTAN DE TI

.....

.....

.....

.....

.....

RECUERDA LA DIFERENCIA ENTRE ASPECTO FÍSICO E IMAGEN CORPORAL

Podemos diferenciar entre dos realidades.

**UNA REALIDAD PURAMENTE
OBJETIVA**



NUESTRO ASPECTO FÍSICO

**UNA REALIDAD PURAMENTE
SUBJETIVA**



NUESTRA IMAGEN CORPORAL