

ACTITUD

POR : Luis Armando Yangua Olmedo

¿QUÉ ES LA ACTITUD?

- Es un procedimiento que conduce a un comportamiento en particular.
- Es la realización de una intención o propósito.
- Según la psicología, es el comportamiento habitual que se produce en diferentes circunstancias.
- Las actitudes determinan la vida anímica de cada individuo.

¿Cómo tener una buena actitud?

- Empieza bien el día.
- Mirar dentro de ti mismo.
- Mañana será otro nuevo día.
- Recárgate. (Descansando bien)
- Siendo optimista.
- Seleccionando las compañías.
- Soñando.

Beneficios de una actitud positiva

- Ser más felices.
- Realizar nuestras tareas cotidianas con más energía.
- Tener una gran fuerza interior.
- Nos puede ayudar a conseguir las metas que nos proponemos.
- Ayudar a los demás a sentirse más motivados
- Sentir que la vida merece la pena de ser vivida.
- Conseguir el respeto de otras personas.

Perjuicios de una actitud negativa

- Afecta a la salud mental.
- Mayor riesgo a consumir sustancias ilícitas.
- Posible baja autoestima y cuidado personal.
- Afectan al entorno que lo rodea.
- Ocasiona agresividad en cierto modo.
- No aporta nada en trabajos grupales.

Frases célebres sobre la actitud

- La actitud es una pequeña cosa que hace una gran diferencia. (Winston Churchill)
- Una actitud positiva no puede solucionar todos tus problemas, pero va a molestar a la gente lo suficiente como para que valga la pena el esfuerzo. (Herm Albright)
- Estaba triste porque no tenía zapatos, hasta que en la calle me encontré a un hombre que no tenía pies. (Antiguo dicho Persa)

**FIN DE LA
PRESENTACIÓN
GRACIAS
POR VERLO**