

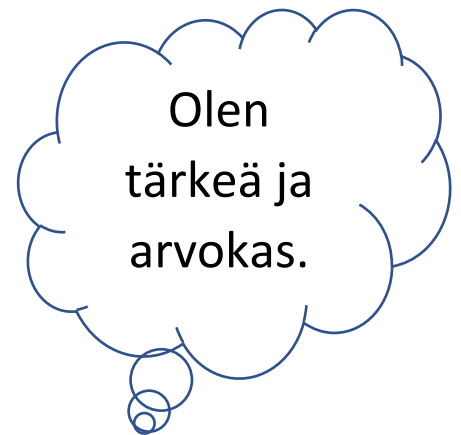
IDENTITEETTI = käsitys itsestä

- käsitys itsestä kehittyy koko elämän ajan
- luonne, temperamentti, maailmankuva, arvot, heikkoudet / vahvuudet, mielenkiinnon kohteet, ulkonäkö, harrastukset, tiedot, taidot...



ITSETUNTO = tietoisuus omasta arvosta

- kyky luottaa itseensä, pitää itsestään ja arvostaa itseään heikkouksista huolimatta
- tyytyväisyys omiin suorituksiin, itsekunnioitus
- Elämäni on tärkeä ja ainutkertainen.



ITSELUOTTAMUS = usko omaan kykyihin

- vaihtelee eri tilanteissa
- Iloitsen onnistumisista ja hyväksyn epäonnistumiset.

