تقدير الذات يعني الصورة التي ينظر فيها الإنسان إلى نفسه، فجهل الإنسان بنفسه وعدم معرفته بقدراته يجعله يقيم ذاته تقييماً خاطئاً، وهذا الأمر يؤثر سلبيًا على عطائنا وإنتاجنا. ينبغي أن نفرق بين تقدير الذات والثقة بالنفس، فالثقة بالنفس تأتي نتيجة لتقدير الذات، وبالتالي من لا يملك تقديرًا لذاته فإنه يفتقد الثقة بالنفاس تباعًا. أبنائي الطلاب والطالبات: لابد أن نضع خطوطًا زمنية في حياتنا، فكما قيل « الحكم على الشيء فرع عن تصوره ». مع الحذر من اليأس عند الإخفاق، المشاركة الفعالة ضرورية لبناء الذات، يملكون الإيجابية مع ذواتهم لتمنح الثقة لذاتك وتستنهض الإيجابية لديك. الشعور بالمسؤولية يمكنك من النجاح، وأخيرًا، تقدير الذات يشعرنا بالقدرة على التحمل والصمود،

Summarized by © lakhasly.com