



---

CONSELLS | | Actualitzat el 21/01/2024 a les 08:05

# 10 preguntes per reflexionar sobre tu mateix/a

[inicentrareport]És molt important que de tant en tant ens donem temps i espai per reflexionar sobre els nostres sentiments, pensaments, hàbits i vida. L'autoconeixement és essencial per tenir una bona relació amb nosaltres mateixes i amb les altres persones. Per això avui et compartim 10 preguntes de psicòlegs experts de Psicología y Mente per reflexionar sobre tu mateix/a.

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://experience.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);})(document,'script','exc o-sdk');
```

```
[/playbuzz]  
[fcentrereport]
```