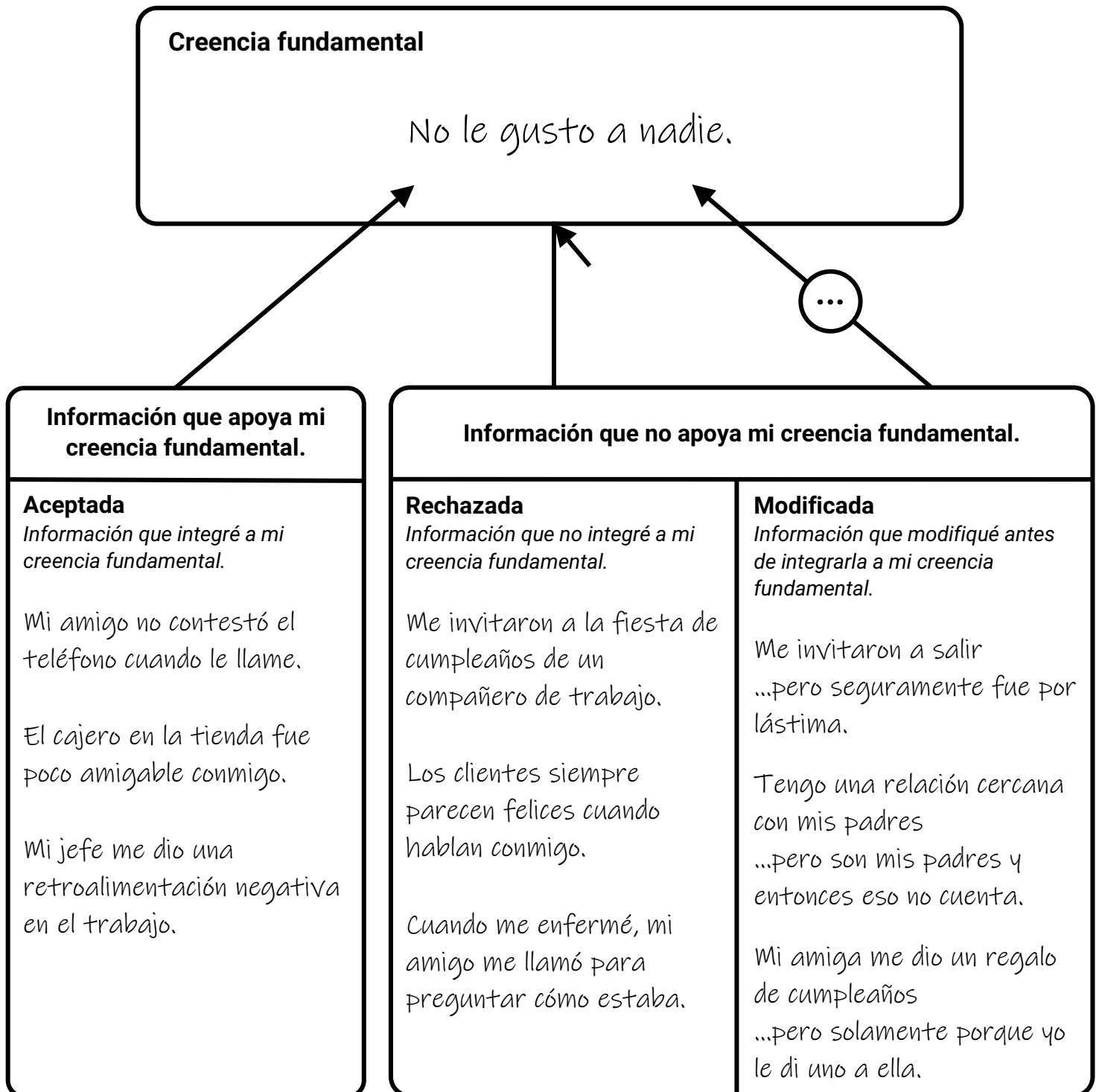


# Creencias fundamentales

## Examinando la evidencia

Las **creencias fundamentales** son las ideas más centrales que tiene una persona sobre sí misma, sobre los demás y sobre el mundo. Estas creencias son como un lente a través del cual se observa cada situación y experiencia de vida.

A medida que una persona tiene nuevas experiencias, es posible que sus creencias fundamentales cambien gradualmente. Sin embargo, algunas experiencias tienen un mayor impacto que otras. La información que *apoya* una creencia fundamental se integra con facilidad, haciendo que la creencia sea más sólida. La información que *no* apoya una creencia suele ser ignorada.



# Creencias fundamentales

Examinando la evidencia

