

**Nombre del alumno(a):**

Estrella Pinto Grajales

**Nombre del profesor:**

Lic. Monica lisseth Quevedo

**Nombre del trabajo:**

Mapa conceptual de afecto, autoestima y promoción a una sana autoestima

**Materia:**

Desarrollo humano

**Grado: 6° cuatrimestre**

**Grupo: "A"**

Pichucalco, Chiapas a 10de julio 2020

**Afecto.** Aspecto constitutivo de la actividad humana

Constituye guiones que se adaptan ajusta al entorno

Incluyen emociones y sentimiento.

El afecto es la experiencia más elemental.

Se considera positivo o negativo, bueno o malo, agradable o desagradable.

Se contribuye al desarrollo de la personalidad

Afectividad es considerada como conjunto de fenómenos afectivo

Se produce efectos definido en el cuerpo y la psique

Los afectos pueden ser contenido como organizadores de la experiencia del self( yo).

**autoestima**

Conjunto de percepciones,

Es la percepción evolutiva de uno mismo.

Experiencia fundamental de que podemos llevar una vida significativa.

Confianza en nuestro derecho a triunfar y hacer felices

Consiste en evaluar y reconocer lo que uno puede llegar hacer.

La autoestima está configurado por factores interno y externo.

Factores internos: radican o creados por el individuo

Factores externos: incluyen el entorno.

Forma habitual de pensar, amar sentir. Refleja ideas, opiniones. Valoración positiva y negativa. Implica la intención y decisión del actuar

Aprendizaje del cerebro: pensamientos, emociones e imaginación.

**Respecto a sí mismo**

La falta de respecto ocurre a menudo con el paso del tiempo.

Puede ser consciente e inconsciente

Nos da la posibilidad de reconocer lo que es constructivo para uno mismo

Se ha visto de un manera holística y integral.

Pilares de la autoestima:

Vivir conscientemente  
Autoaceptarse  
Ser autorresponsable  
Tener autofirmacion  
Vivir con deternnacion.  
Tener principio de conducta

**Promoción a una sana autoestima.**

*Es autocrítica:* incluye el reconocimiento de los propios errores.

*Responsabilidad.* Aceptar que la propia vida es consecuencia de decisiones personal.

La autoestima, es la búsqueda de espacio para la autorrealización y la independencia.

El nivel de autoestima no se consigue de una vez y par siempre en la infancia.

Puede crecer durante el proceso de maduración o puede deteriorar.

La autoestima puede aumentar y de crecer atreves de lo largo de la vida.