

H



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Nombre: Iván Gerardo Hernández Gasca

Docente: Alberto de Jesus Lopez

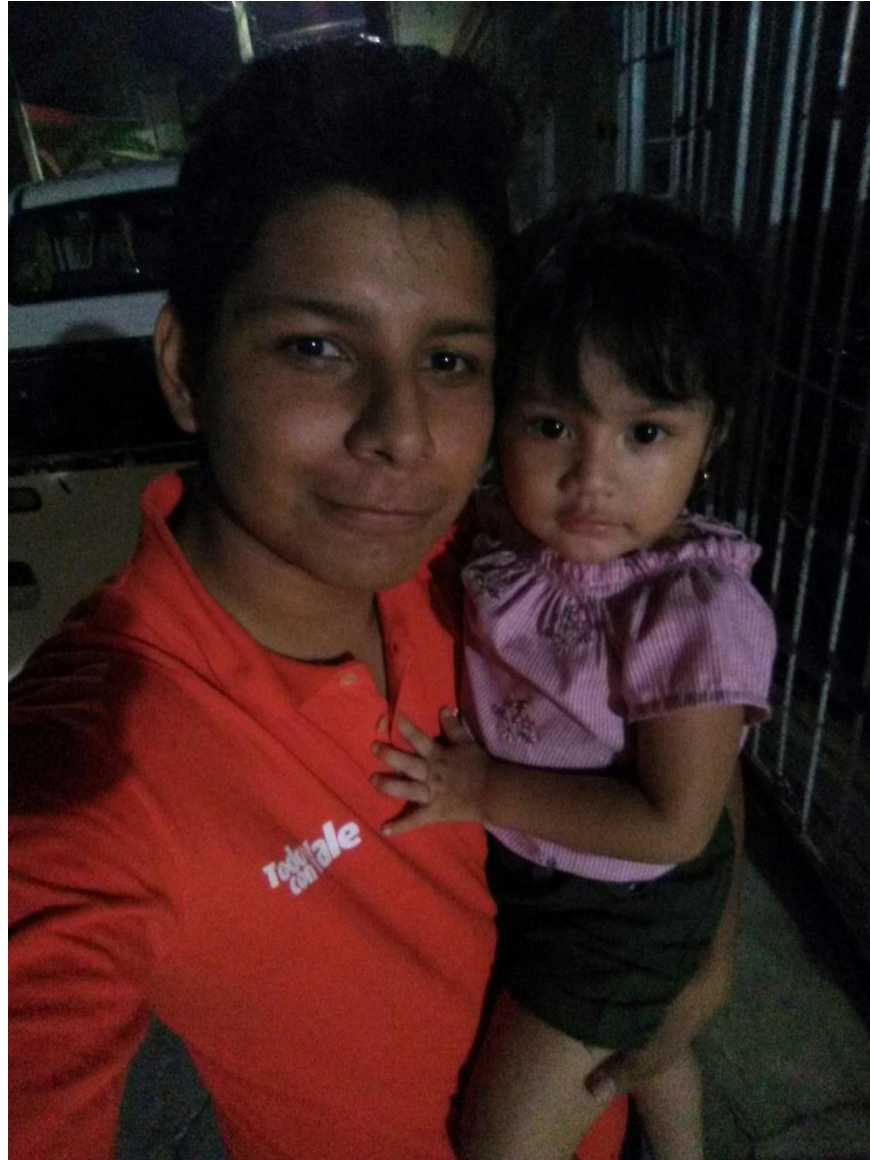
Materia: Desarrollo Humano

Actividad: Auto análisis

Carrera: Enfermería

Cuatrimestre: 6to Q





I.- Primer pilar vivir de manera consiente

EL vivir de manera consiente hace referencia como una manera de actitud mental y mas que nada una orientación a la vida ya que nadie vive de manera inconsciente ya que nadie es capaz de expandir su memoria así.

Vivir de manera consiente

Es como si dijera que mis papas me van a mantener siempre a mi y mi hija cosa que es vivir inconsciente ya que llegara un punto donde ellos ya no podrán pero hoy gracias a Dios lo poco que tengo lo he podido sacar de mi sudor y esfuerzo y asi he aprendido a solucionar y valorar las cosas

es obvio que recibo apoyo por que obviamente no todo padre dejaría su hijo sufrir y a la deriva pero de igual manera soy consiente que mi hija va crecer y necesitara un padre ejemplar por eso aprovecho hasta donde pueda con mis estudios y trato de absorber lo mas que pueda y en un futuro de volverles todo.

2.- Segundo pilar aceptarse así mismo

En la autoestima hay que tener en claro la aceptación de uno mismo ambas están vinculadas que se confunden entre sí. La aceptación de aceptarse se refiere a orientación y valoración de uno mismo y compromiso de uno mismo.

Aceptarse así mismo

Es aceptar que ya no volveré a tener 21 años que las cosas que echo ya se quedaron atrás las oportunidades perdidas y las decisiones tomadas son cosas que no van a regresar, como los 2 años de vida invertidos en mi negocio son cosas que uno ya adulto debe aceptar. Seguir firme y no arrepentirse de lo que paso o haber echo y aceptar que ya cargo con una responsabilidad mas grande y no tengo ya los 15,16,17 y 18 años de antes.

3.- Tercer pilar responsabilidad de si mismo

Sentirse competente para vivir y digno de felicidad como de aceptar los actos y control sobre mi vida esto está a sujeto a los actos y logros de la meta y bienestar ya que la responsabilidad de uno mismo es esencial para la autoestima.

Responsabilidad de si mismo

Soy responsable de todo lo que echo todo este tiempo y de las decisiones que he tomado tanto para beneficio o perjuicio o terceras ya que toda decisión o acción tiene una reacción y dependiendo de esta puede ser buena o mala, ejemplo es mi decisión no subir tareas se que me afectaran al momento de promediar.

4.- Cuarto pilar autoafirmación

Es respetar mis deseos, necesidades y valores y buscar una forma de expresión adecuada a la realidad, también la expresión de uno mismo en permanecer centrado a la realidad sin confundir la auto afirmación con una rebeldía si no verlo como una forma de expresarse afirmado con lo que si esta de acuerdo y con lo que no dejarnos expresar.

Autoafirmación

Si hoy me hubiesen dicho que mi negocio iba a funcionar le hubiera echado mas ganas y no lo pausara por cada trabajo que me saldría y me hubiera enfocado mas y tuviese mas seguidores que los actuales hubiera invertido mas y sobre todo no lo hubiera dejado tan a medias pero afirmo que primeramente Dios tendré mi segundo puesto o local el año que viene.

5.- Quinto pilar vivir con propósito.

El vivir con propósito es una orientación fundamental aplicable a o todas las facetas de nuestra vida, significa que vivimos y obramos de acuerdo con las intenciones, es una característica distintiva de quienes gozan de un alto nivel de control sobre sus vidas.

Vivir con propósito

En este tipo de pilar me siento al 80% satisfecho con vivir con propósito pues todo lo que hago mi esfuerzo y el negocio que tengo en mente y haciendo pues esta dando frutos pero ala vez siento como si en verdad no le dedicara mucho tiempo a mi hija pero el propósito de este negocio es que en el futuro satisfaga sus necesidades y no les haga falta nada por que mi tiempo a como le dedico a mi estudio a y a mi vida personal me ocupo mucho y siento que la hago aun lado pero se quede esto la va a sustentar junto con el fruto de mis estudios pues no dependeré al 100% del negocio siempre tengo un plan B para cualquier situación por que hasta en pequeños espacios cuando estoy solo me pongo a pensar si en verdad pegara esto de mis frappes y venta de cheesecakes pues en la actualidad pues vendo algo bien hasta donde yo considero pero al momento de repartir mis tiempos termino así 60% negocio 35% tarea y 5% lo que es mi esposa e hija pues mi tiempo de negocio l pm a 11:30 pm en ese tiempo de transcurso vendo llegue al punto donde ya me piden pedidos individuales y me hace sentir satisfecho de que voy por buen camino pero en si, siento que hace falta algo pero al fin y acabo todo es por ella.

6.- Sexto pilar integridad personal

La integridad personal nos lleva a una cuestión importante con respeto a los pilares ya que abarca toda nuestra integridad de nuestra vida tanto trabajo, como social habla más cerca de la honestidad y ser honrado mas que nada hacerlo lo correcto.

Integridad personal

Siento que no he remontado bien mi carrera en la parte que me puedo esforzar mas y dar un 110% y me aflojo al momento de tareas pesadas o largas o tal vez por que no veo apoyo familiar mas de

lo que debo tener debido en la practica al momento de canalizar y solo recibo respuestas de velo en YouTube como si fuera a canalizar una computadora.

Conclusión

Los 6 pilares son autoestimas que nos ayudan auto evaluarnos de ver como vamos en nuestro estilo de vida y saber que podemos mejorar o que podemos dejar de hacer, reflexionar que hemos hecho y ayudarnos a madurar más, sobre todo valorar nuestra autoestima como es la de aceptación saber que somos, saber que decimos y saber que nos gusta.

También me gusta mucho sobre el vivir con un propósito ya que todo lo que hago es por mi hija para facilitarle mas la vida y darle todo como a mi Melo daban, con esa facilidad así igual se lo quiero dar por eso mismo me esfuerzo día día por ella y por mi esposa tengan un futuro digno.