



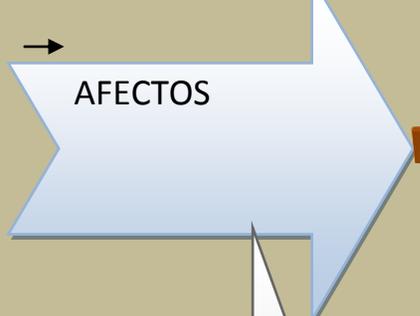
**NOMBRE DEL ALUMNO:** RAFAEL RODRIGUEZ RAMOS

**NOMBRE DEL CATEDRATICO:** JAVIER IVAN GODINES

**MATERIA:** DESARROLLO HUMANO

**FECHA DE ENTREGA:** 07/07/2020

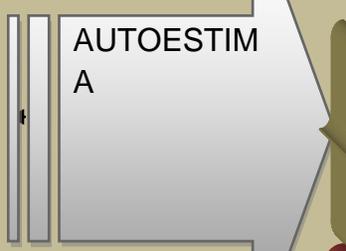
# AUTOESTIMA



La afectividad como un aspecto constitutivo de la actividad humana expresado en los innumerables actos de la vida cotidiana

Constituye un conjunto de guiones socialmente compartidos que se adaptan

Y ajustan al entorno sociocultural semiótico inmediato Los afectos son emociones y sentimientos



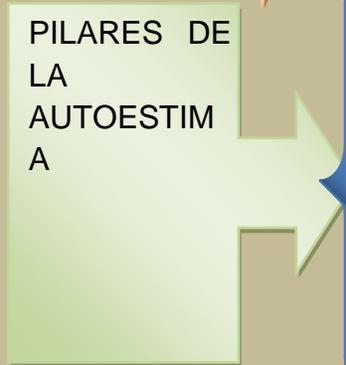
Conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias

De comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter



Nos permite ser lo que somos y actuar en consonancia con ello, por lo tanto, nos da la posibilidad de reconocer lo que es constructivo para uno mismo

Los que nos rodean y saber cuándo y cómo responder a las demandas de los demás



1. La práctica de vivir conscientemente
2. La práctica de aceptarse a sí mismo
3. La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo
4. La práctica de la autoafirmación
5. La práctica de vivir con propósito
6. La práctica de la integridad personal

La autoestima verdadera, a diferencia de la ilusión de autoestima, se logra como parte de un aprendizaje, el camino hacia la autoestima es sinuoso, no es fácil partir de la desvalorización propia o ajena hacia la meta que es la valorización propia, sobre todo cuando este camino se inicia en la madurez porque no viene como equipaje de la infancia o de la adolescencia

