



Nombre de alumnos: Marlinda Mayrandi Alfaro Mazariegos

Nombre del profesor: Nayeli Morales Gómez

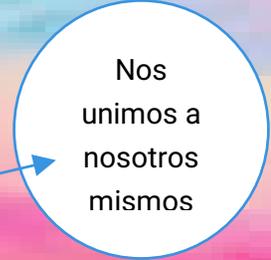
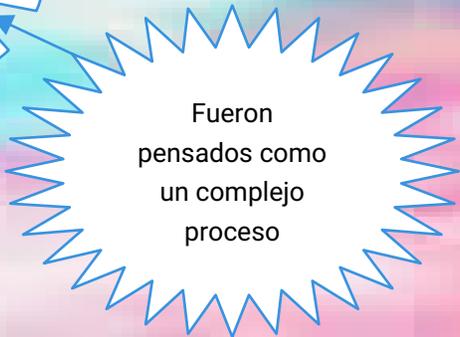
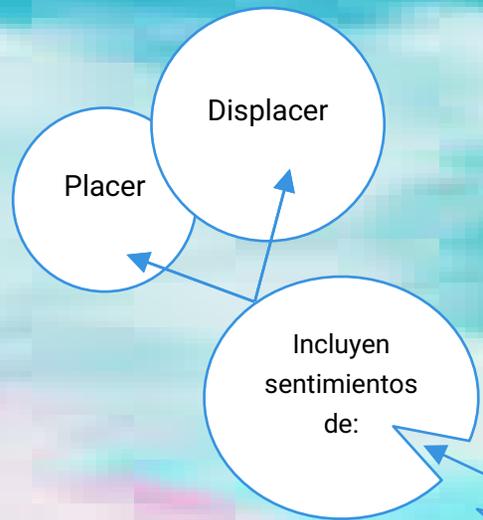
Nombre del trabajo: Supernota

Materia: Desarrollo Humano

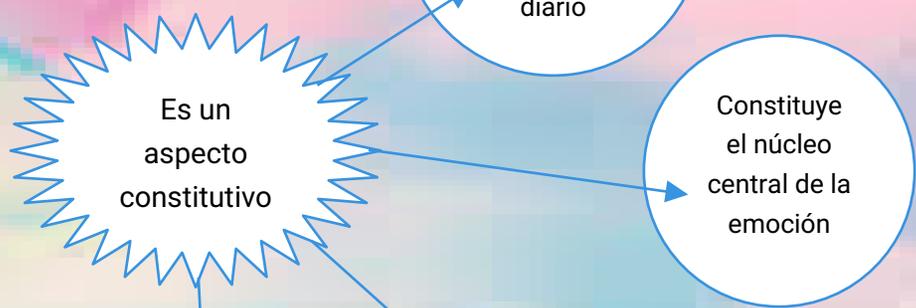
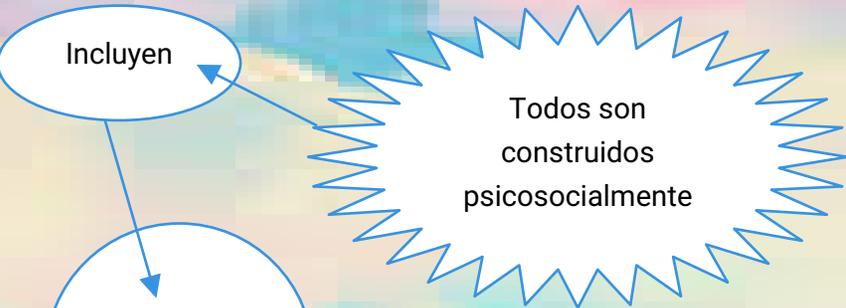
Grado: 6to.

Grupo: "A"





Afectos



Respeto a ti mismo

El respeto es algo que se debe ganar



Nos permite ser lo que somos



Reconocer que nuestro cuerpo es valioso



Nos lleva a la aceptación propia



Conlleva el autocontrol



Y el equilibrio en la expresión de sentimientos y emociones

Pilares de la autoestima



Vivir conscientemente

Aceptarse así mismo



Autoresponsabilidad



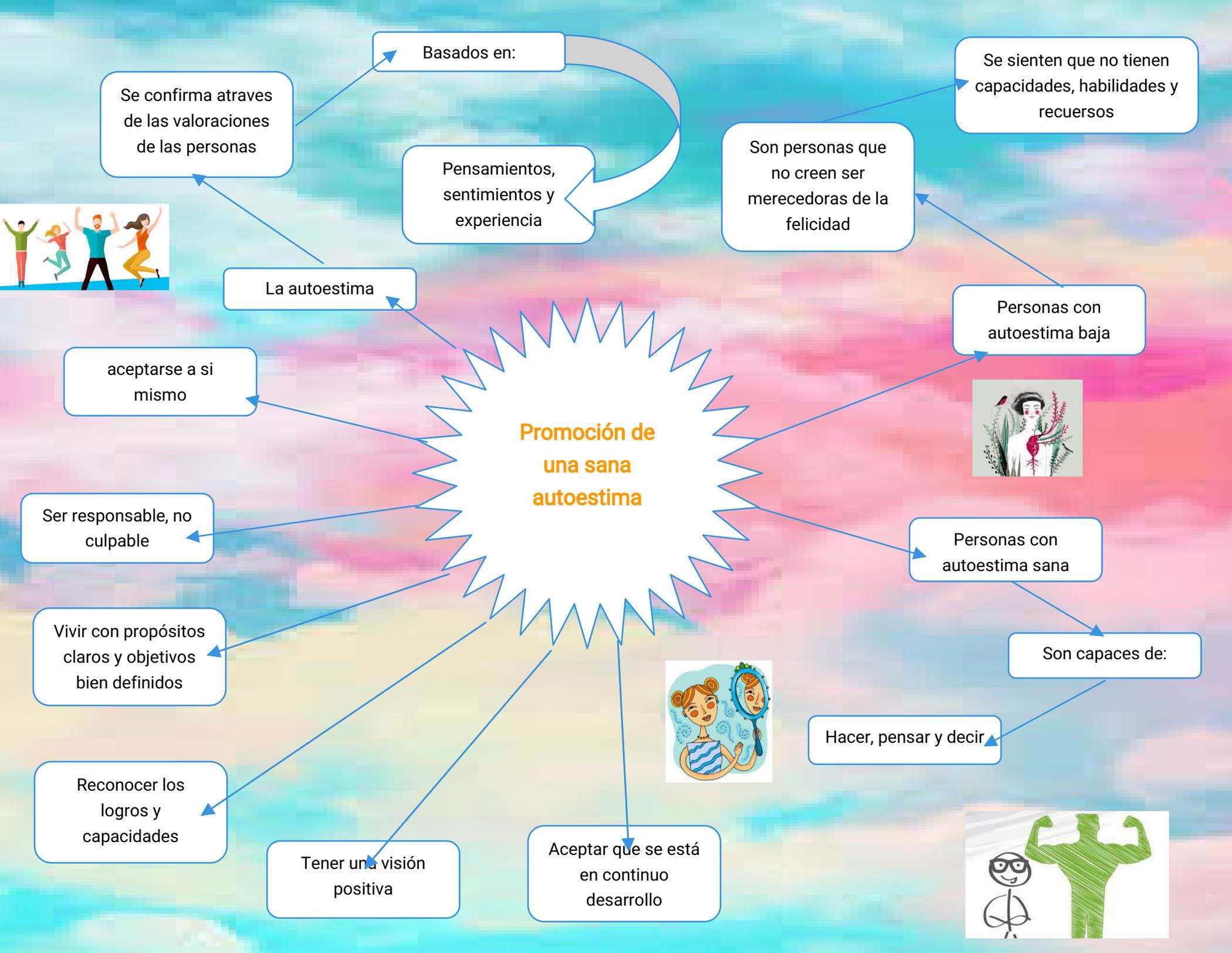
Autoafirmación



Vivir con proposito

Integridad personal





Basados en:

Se confirma a través de las valoraciones de las personas

Pensamientos, sentimientos y experiencia

Son personas que no creen ser merecedoras de la felicidad

Se sienten que no tienen capacidades, habilidades y recursos



La autoestima

Personas con autoestima baja



aceptarse a si mismo

Promoción de una sana autoestima

Personas con autoestima sana

Ser responsable, no culpable

Son capaces de:

Vivir con propósitos claros y objetivos bien definidos

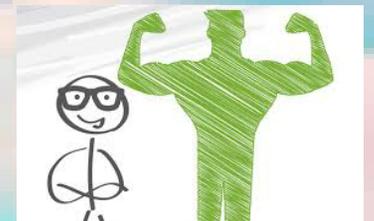
Hacer, pensar y decir:



Reconocer los logros y capacidades

Tener una visión positiva

Aceptar que se está en continuo desarrollo



BIBLIOGRAFIA:

Morales Gómez N. Antología de desarrollo humano. (2020). Pags: 53-62