

PRESENTA EL ALUMNO:

LAURA ISELA LOPEZ RODRIGUEZ

GRUPO, CUATRIMESTRE Y MODALIDAD:

6to. CUATRIMESTRE "A" LICENCIATURA EN ENFERMERIA ESCOLARIZADO

DOCENTE: NAYELY MORALES GOMEZ

MATERIA : DESARROLLO HUMANO

TRABAJO: SUPER NOTAS

FECHA: 09 de Julio del 2020

AFFECTOS

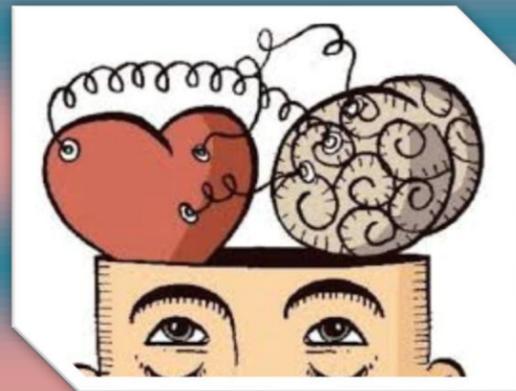
Sentimiento en el que una persona siente simpatía por otra u otras, porque es inclinado a esa persona, cosa o, porque siente cariño a cualquiera de ellos o a todos.



el afecto es el resultado de un proceso, un proceso complejo, en el que interactúan socialmente 2 o más personas, aunque también puede ser el caso de una mascota, y que se caracteriza por el feedback entre estos, es decir, que uno expresa su sentimiento de cariño, estima, aprecio o amistad y el otro u otros también dan señales de tener importancia por sus compañeros.



acción a través de la cual una persona o ser humano le demuestra su amor o cariño a otra o varias personas. La palabra afecto proviene del latín "affectus" el cual traduce la frase de las pasiones del ánimo



Cuando se dice que una persona tiene afecto por otra es porque reiteradamente tiene gestos y acciones que expresan cariño, estima, aprecio y cordialidad, pero adicionalmente es porque la otra u otras personas también han demostrado ese sentimiento para con aquella que siente afecto



AUTOESTIMA

La autoestima es el conjunto de percepciones, imágenes, pensamientos, juicios y afectos sobre nosotros mismos. La satisfacción de cada uno respecto de sí mismo.

No es innata
Se desarrolla a lo largo de la vida
Podemos modificarla
Está influenciada por el contexto

la forma en la que nos valoramos a nosotras mismas. Es un atributo que tenemos de manera innata y que se va transformando a lo largo de nuestras vidas.

es un atributo que va evolucionando y se va desarrollando a partir de nuestra relación con el mundo y específicamente con la sociedad.

el valor propio se relaciona directamente con nuestro bienestar y con que nos relacionemos positivamente o no con nuestro entorno, y se alimenta precisamente de esta relación.



RESPECTO A TI MISMO



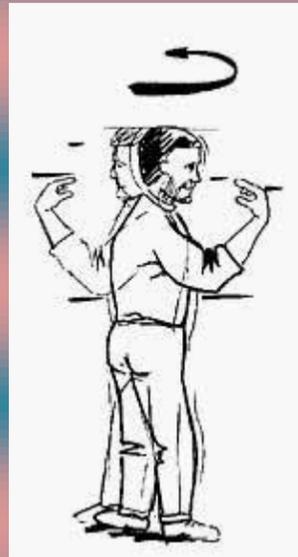
respeto propio podría ayudarte a aprovechar tu potencial, a forjar relaciones saludables y hacer que los demás te vean como una persona digna de respeto.

Entre más te entiendas a ti mismo, más lograrás valorar realmente tu singularidad y lograrás respetarte aún más. Descubre cuáles son tus principios, tu personalidad y tu talento.

Perdónate. Si quieres respetarte, entonces tendrás que ser capaz de perdonarte por todo aquello que hayas hecho en el pasado que te avergüence.

Acéptate. Necesitarás estar cómodo con tu persona, aprender a amarte y aceptarte. Esto no quiere decir que tendrás que pensar que eres perfecto, sino que tendrás que aprender a aceptarte pese a todos tus defectos.

Esfuézate por aumentar tu autoconfianza. No podrás aceptarte si no eres feliz con tu persona, con tu aspecto físico o con tu ocupación.^[6] Comienza a tener un lenguaje corporal positivo y una buena postura



PILARES DE LA AUTOESTIMA

la disposición a considerarse a uno mismo competente respecto de los desafíos básicos de la vida, y sentirse merecedor de la felicidad

Deja de tener pensamientos negativos sobre ti mismo. ...
Ponte como objetivo el logro en vez de la perfección. ...
Considera los errores como oportunidades de aprendizaje

Vivir conscientemente. Supone enfrentar la vida asumiendo una actitud proactiva, es no limitarse a resolver los problemas, sino salir a su encuentro. ...
Aceptarse a sí mismo.

- Vivir conscientemente. Supone enfrentar la vida asumiendo una actitud proactiva, es no limitarse a resolver los problemas, sino salir a su encuentro. ...
- Aceptarse a sí mismo

- Autorresponsabilidad. ...
- Autoafirmación

- Vivir con propósito. ...
- Integridad personal.

