

Materia: Desarrollo humano

Trabajo: Supernota

Maestro: Nayeli Morales

Alumno: Raúl Alejandro Rojas Ángeles

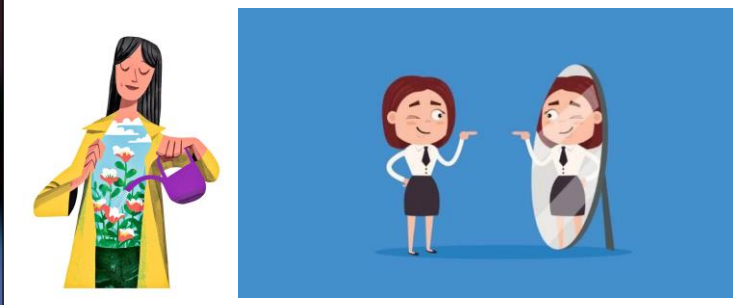
Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6°

Grupo: "B"

AFFECTOS

es la experiencia psicológica más elemental a la que se tiene acceso mediante introspección y constituye el núcleo central de la emoción. se sienten, al ser la experimentación de algo, sea un suceso complejo, un recuerdo.



AUTOESTIMA

es un 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.

RESPECTO A SÍ MISMO

Se trata reconocer que nuestro cuerpo es valioso y parte fundamental de nuestra identidad, que nos diferencia exteriormente y de manera inmediata de los otros y que es la puerta de entrada al respeto que queremos recibir y proyectar.



LOS CUATRO PILARES DEL AUTOESTIMA



PILARES DE LA AUTOESTIMA

- La práctica de vivir conscientemente
- La práctica de aceptarse a sí mismo
- La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo
- La práctica de la autoafirmación
- La práctica de vivir con propósito
- La práctica de la integridad personal

PROMOCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA

La autocrítica

La responsabilidad

El respeto hacia sí misma y hacia el propio valor como persona

El límite de los propios actos y el de los actos de los demás

La autonomía, como la búsqueda de espacios para la autorrealización y la independencia

