

## CUADRO SINOPTICO



Nombre del alumno: Axel Adrian Altuzar Alvarado

- CARRERA: Lic. Medicina Veterinaria y Zootecnia
- CUATRIMESTRES: 6to. Cuatrimestre
- MATERIA: DESARROLLO HUMANO
- CATEDRATICO: Javier Iván Godines.

COMITÁN DE DOMINGUEZ CHIAPAS, A JULIO DEL 2020

TEMAS  
3.4.1  
3.4.2  
3.4.3  
3.4.4

AUTOESTIMA

ESTE CONCEPTO, ES LA FORMA EN QUE PENSAMOS DE NOSOTROS MISMOS, LA FORMA EN NOS TENEMOS EN MENTE

ESTO ADEMAS DE SER LA FORMA EN QUE PENSAMOS DE NOSOTROS MISMOS, ES LA CONFIANZA QUE NOS TENEMOS

ESTE TERMINO SE PUEDE LLEGAR A DESARROLLAR A PARTIR DE LA COMUNICACIÓN HE INTERACCION CON LAS DEMAS PERSONAS.

RESPECTO A TI MISMO

ESTO ADEMAS DE SER LA MANERA EN QUE PIENSAS DE TI, ES LA FORMA QUE TE VALORAS

ESTO TAMBIEN PUEDE SER LO CONTRRIO CUANDO ESTO NO EXISTE EN TU PERSONA

CUANDO ESTO NO EXISTE, ES IMPOSIBLE QUE LOS DEMAS LO LLEGUEN A SENTIR HACIA TI.

PILARES DEL AUTOESTIMA

PARA QUE ESTO LOGRE TENER BUEN EFECTO, SE NECESITA DE COSAS PARA COMPLEMENTARLO.

--AUTOCONOCIMIENTO  
--AUTOACEPTACION  
--AUTORRESPONSABLES  
--AUTOAFIRMACION  
--AUTOPROPOSITO  
--AUTOINTEGRIDAD

SI TU COMO PERSONA, PONES EN PRACTICA TODOS ESTOS TERMINOS, PODRAS TENER UN AUTOESTIMA BUENO, Y LOGRARAS ACEPTARTE TAL Y COMO ERES.

SANA AUTOESTIMA

UN AUTOESTIMA SANO, ES PENSAR BIEN, TENER UN PENSAMIENTO POSITIVO.

ACA MUCHOS COMETEN EL ERROR DE HUMILLAR A OTROS, POR TENER UN AUTOESTIMA ALTO.

DE ESTO SE TRATA TENER UN AUTOESTIMA SANO, SIN NECESIDAD DE HUMILLAR A NADIE MAS PARA SENTIRTE BIEN.