



Crea tu mejor historia
EMPENDAMOS JUNTOS

DESARROLLO HUMANO

DOSENTE. L.C. BAYRON IRAM VIDALS CAMPOSECO

TRABAJO. MAPA CONCEPTUAL

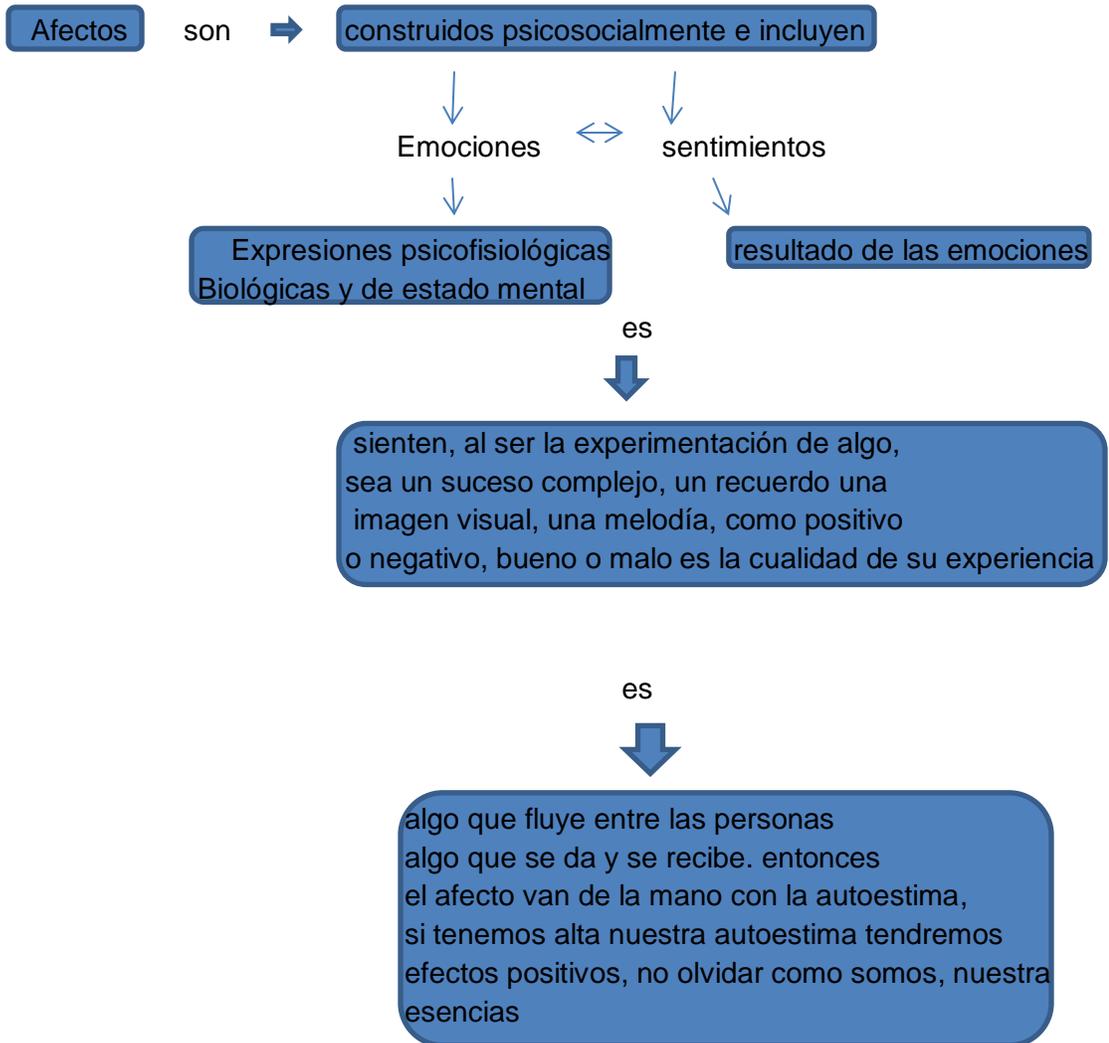
ALUMNA. MAYDA VILLATORO HERNANDEZ

CUATRIMESTRE, GRUPO Y MODALIDAD:

6° CUATRIMESTRE "B" SABADO

FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS, JUNIO DEL 2020

MAPA CONCEPTUAL



MAPA CONCEPTUAL

Autoestima

es



confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad.



Se desarrolla

a partir de la interacción humana, mediante la cual las personas se consideran importantes una para las otras.

incluyen



aspectos de vida, estudios sexualidad y familia



señalados por Caine y Caine, en Salas

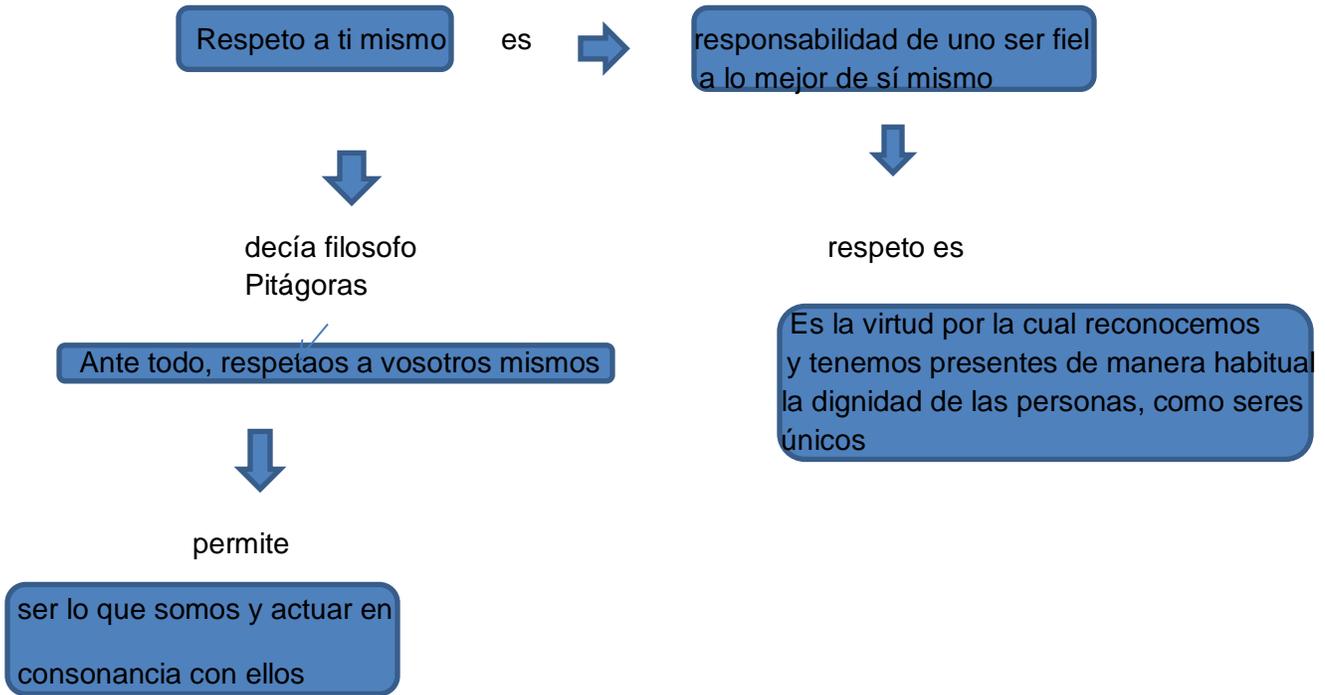


- El cerebro es un complejo sistema adaptativo
- El cerebro es un cerebro social
- La búsqueda de significado es innata
- El aprendizaje implica tanto una atención
- El aprendizaje es un proceso de desarrollo

como

- afecta y mejor la calidad de vida
- la amabilidad y sonreír es síntoma de equilibrio
- nos hacen sentir valiosos e importantes tales como por lo que somos

MAPA CONCEPTUAL



MAPA CONCEPTUAL

Pilar de la autoestima



son

VIVIR CONSCIENTEMENTE



ser consciente del mundo interno como el externo
Una persona consciente, reflexiona, analiza, pondera y juzga los acontecimientos

AUTOACEPTARSE



No negar ni rechazar nuestros pensamientos

SER AUTORRESPONSABLE



Hay que reconocer que somos los autores de, decisiones y nuestras acciones, realización de nuestros deseos, elección de nuestras compañías, cómo tratamos a los demás en la familia, el trabajo, amistadas, cómo tratamos nuestro cuerpo, nuestra felicidad.

TENER AUTOAFIRMACION



Es respetar nuestros deseos y necesidades y buscar la manera de expresarlos

VIVIR CON DETERMINACION O PROPOSITO EN LA VIDA



asumir la responsabilidad, de
Identificar nuestras metas

VIVIR CON INTEGRIDAD ES



- Tener principios de conducta
- Ser congruentes con lo que pensamos, decimos y actuamos
- Respetar nuestros compromisos

MAPA CONCEPTUAL

Promoción de una sana autoestima



Factores son

- 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



Se dice

Hay gente cuya autoestima era más alta a los diez años que a los sesenta, y viceversa.



también

La autoestima puede aumentar y decrecer y aumentar otra vez a lo largo de la vida.

Personalidad saludable en las diferentes áreas de relación de la persona



Gordon Willard Allport

Dice es

Personalidad es la organización dinámica, en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característicos



Sus aspectos son

- autorrealización
- sentido de dominio.
- autonomía



Dado que el hombre es un ente Biopsicosocial para la obtención de la Salud Mental

Debe incluirse

- Autodominio y autoconocimiento.
- Responsabilidad de acciones.
- Correcta percepción y adaptación a la realidad.
- Madurez afectiva
- Estabilidad emocional.
- Cultivo intelectual.
- Educación de la voluntad.
- Vivir con valores éticos.
- Elaboración de un proyecto existencial.
- Vida Espiritual