

Merary Asurym López Roblero
6to cuatrimestre Trabajo
social

Liderazgo

El liderazgo constituye la influencia interpersonal ejercida en una situación no dirigida a través del proceso de comunicación humana a la consecución de uno o diversos objetivos específicos

el liderazgo es una actividad humana que puede ser innovada y adaptarse a las nuevas ideas a través del crecimiento intelectual y organizacional, teniendo como base principal la comunicación

El líder precisa desarrollar su capacidad de escuchar de forma activa, o sea, entender lo que se esta diciendo y lo que se deja de decir.



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. En resumen: es la percepción evaluativa de nosotros mismos.

la autoestima es la confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad La autoestima consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es y lo que puede llegar a ser.

RESPECTO A SÍ MISMO

La falta de respeto personal es algo que ocurre más a menudo de lo que sería recomendable para una salud emocional equilibrada. yo lo llamo violarse y si te pones a valorarlo resulta que nos violamos, nos faltamos al respeto.

Violarse significa hacer algo que no quieres hacer. Una falta de respeto personal puede ser consciente o inconsciente, es decir decides si te quieres violar o no te das cuenta y lo haces. La diferencia entre uno y otro tiene repercusión en su resultado, ya que el inconsciente provoca mucho más daño que su contrario que desequilibra menos

PILARES DE LA AUTOESTIMA



Las seis practicas fundamentales para fomentar nuestra autoestima

1:La práctica de vivir conscientemente

2:La práctica de aceptarse a sí mismo

3:La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo

4:La práctica de la autoafirmación

5:La práctica de vivir con propósito

6:La práctica de la integridad personal

PROMOCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA

La autoestima verdadera, a diferencia de la ilusión de autoestima, se logra como parte de un aprendizaje

siguientes factores

1: La autocrítica: como un proceso que incluye el reconocimiento de los propios errores, el aceptarlos, saber perdonarlos y, por fin, superarlos, así como reconocer aquello que se hace bien, que genera satisfacción y sentido de utilidad, sea o no reconocido por los demás: es suficiente con el propio reconocimiento.

2: La responsabilidad: aceptar que la propia vida es consecuencia de las decisiones personales y salir del rol de víctimas, del papel secundario. De este modo, si el presente no las satisface es porque seguramente se está permitiendo, de algún modo, por acción o por omisión, que así suceda