UDS UNIVERSIDAD DEL SURESTE

"Pasión por educar"

- Materia: desarrollo humano.
- Cuatrimestre: 6to
- Alumno: Airy del Rosario Bautista Guillén.

Autoestima.

- Confianza en la eficacia de la propia mente.
- Pilares del autoestima.
  - Respeto a si mismo.
    - Respetarnos a nosotros mismos no es comparar nuestras habilidades y capacidades con los de los otros para sentirnos superior.
      - Respetarnos a nosotros mismos es vivir conscientes de nuestra propia integridad y por lo tanto de los otros.
  - Vivir coscientemente.
  - Aceptarse a si mismo.
  - Autorresponsabilidad.
  - Autoafirmación.
  - Propósitos.
  - Integridad personal.
  - Sana autoestima.
    - Se conforma a través de la valoración de la persona..
      - Vivir el presente
      - Visión positiva.
      - Continuo desarrollo
      - Aceptarse a si mismo.
      - Propósitos claros y objetivos.
      - Hacer deporte.