Cuadro sinóptico
UNIDAD 3

Desarrollo humano
Lic. Javier Iván Godínez Hernández
ALUMNO:

-Aisha Carolina Rodríguez López

Grupo, cuatrimestre y modalidad: 6º. Cuatrimestre “A “Psicología Escolarizado

Comitán de Domínguez, Chiapas

06 de Julio de 2020

- UNIDAD 3
  - -Autoestima
    - Percepción evaluativa de nosotros
      - Brinda
        - -Capacidad de pensar
        - Toma de decisiones
        - -Confianza de eficacia
          - Se desarrolla
            - A través de interacción humana
              - Formada
                - -Factores internos
                - Personales
                - -Factores externos
                - Del entorno
  - -Respeto a si mismo
    - Permite
      - -Ser lo que somos
      - -Actuar en consonancia
        - Trata de
          - Reconocer nuestro cuerpo
            - -Valioso
            - -Identidad propia
              - La falta de ellos
                - Es una violación
  - -Pilares de la autoestima
    - Branden
      - Propone
        - 6 practicas fundamentales
          - -Vivir conscientemente
            - Respetar la realidad
          - -Auto aceptarse
            - No evadirse
          - -Ser auto responsable
            - Reconocer la propia responsabilidad
          - -Tener autoafirmación
            - Respetar
              - Deseos y necesidades
          - -Propósito en la vida
            - Identificación de metas
              - Realizarlas
          - -Vivir con integridad
            - Aprobación de si mismo
  - -Promoción de una sana autoestima
    - Lograda
      - Por un aprendizaje
        - 5 factores
          - -Autocritica
            - Reconocimiento de errores propios
          - -Responsabilidad
            - Aceptación de la vida
          - -Respeto hacia uno mismo
            - Ejercer valía
          - -Límite de actos propios y de los demás
            - Regir actos
          - -Autonomía
            - Autorrealización e independencia