



Docente: Javier Iván Godines Hernández

Materia: Desarrollo humano

Alumno: Claudia Nallely Valdez Espinoza

Carrera: Licenciatura en psicología

AFECTOS.

• **AUTOESTIMA**

• conjunto

- percepciones,
- pensamientos,
- evaluaciones,
- sentimientos,
- tendencias

• Confianza.

- Pensar.
- Desafíos.
- Triunfar.

• Interacción humana

• 4 elementos

- físicos,
- psicológicos,
- sociales
- culturales

• **RESPECTO A SÍ MISMO**

• falta de respeto personal

• Violarse,

• Valorarse.

- apatía,
- aburrimiento,
- desgana,
- rabia o ira,
- tristeza,
- asco,
- frustración,
- nerviosismo

• **PILARES DE LA AUTOESTIMA**

- Autoconocimiento.
- Autoaceptación.
- Autorresponsables.
- Autoafirmación.
- Autopropósito.
- Autointegridad.

• **PROMOCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA**

- Autocrítica,
- Responsabilidad,
- Respeto,
- Límite,
- Autonomía.

- Aumentar,
- Decrecer,
- madurar.