



**Nombre de alumnos: Andrea G.  
Ramirez Velasco**

**Nombre del profesor: Lic. Nayeli  
Morales**

**Nombre del trabajo: Supernota**

**Materia: Desarrollo humano**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grado: 6to**

**Grupo: Trabajo Social**

Fuente:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/8e150b717748046e1a94561be3c8282c>.

<https://PICSART.com.mx/assets/docs/files/asignatura/8e150b717748046e1a94561be3c8282c>.

## AUTOESTIMA

Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidos hacia nosotros.

La autoestima se desarrolla a partir de la interacción humana, mediante la cual las personas se considera importantes una para las otras.

## RESPECTO A TI MISMO

La falta de respeto personal ocurre muy a menudo.

El respeto a uno mismo nos permite ser lo que somos y actuar en consonancia con ello, por lo tanto, nos da la posibilidad de reconocer lo que es constructivo para uno mismo y los que nos rodean.



## PILARES DE LA AUTOESTIMA

Los pilares de la autoestima se conforman por, autoconocimiento, autoaceptación, autorresponsables, autoafirmación, autopropósito y autointegridad.

Según el psicoterapeuta Nathaniel Brandon, sugiere estos puntos fundamentales fomentar nuestra autoestima y obtener así un desarrollo interior más pleno.

## PROMOCIÓN DE UNA SANA

### AUTOESTIMA

El camino hacia la autoestima en definitiva no es fácil, sin embargo, puede crecer mediante un proceso de maduración y trabajo continuo tomando en cuenta cada factor de aceptación.