



Nombre de la alumna: Yaquelin Vázquez Álvarez.

Nombre de la profesora: Nayeli Morales.

Materia: Desarrollo Humano.

Licenciatura: Trabajo social y gestión comunitaria.

SUPER NOTA

Comitán de Domínguez, Chiapas. A 9 julio del 2020.

La 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.

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 y saber cuándo y cómo responder a las demandas de los demás.