

**Nombre del alumno:**

Fausto Eduardo Pérez Rosales

**Nombre del profesor:**

Mtro. Adriana Maricela Morales

**Licenciatura:**

Enfermería

**Materia:**

**Desarrollo humano**

**Nombre del trabajo:**

Ensayo:

“Autoestima”

## Introducción

Es el amor y el valor que la persona se tiene así misma. Muchas veces es opacada por las negatividades que alcanzan las personas, o las imperfecciones que tienen ellas mismas. La Autoestima se define como el amor que se tiene así mismo que nace en el yo interno y es lo que se refleja a los demás.

## Desarrollo

Muchas veces es opacada por las negatividades que alcanzan las personas, o las imperfecciones que tienen ellas mismas. La Autoestima se define como el amor que se tiene así mismo que nace en el yo interno y es lo que se refleja a los demás.

El Auto estima es como la auto imagen, el andar bello lucirse y sentirse bien, pero no depende de ello. La gente tiende a sentirse bien cuando más se arregla, cuando más la chulean por las calles, pero cuando no, se sientes opacadas o mal y ahí es cuando baja el autoestima, al bajarse el autoestima se crean varias enfermedades psicológicas, como la anorexia que viene de los modelos que crean en el mercado y que las niñas tienden a ver y a consumirlos muchos después se empiezan a sentir mal con ellas mismas por no estar delgadas y se vuelven anoréxicas, bulímicas, entre otras enfermedades fatales.

Cuando se tiene un bajo nivel de este, las personas regularmente caen más en la depresión, y en esto, recurren a no salir de casa , a no ver a las demás personas por sentirse humilladas o derrotadas, esto pasa porque o en su trabajo las menos precia, en su casa la pareja puede que no le haga caso o no la trate como ella lo necesite, o simplemente está en una etapa donde cree que el mundo está en contra suya, mas no es así, es algo psicológico que ella misma se está inventando, su comportamiento, todo lo describe en su autoestima.

En los niños, el autoestima se refleja en un buen comportamiento, en que siempre está feliz, atento siempre hace caso, y que siempre está pendiente de lo que digan sus papas, pero cuando no, es señal de baja autoestima, el niño tiende a dejar de comer, a no salir a jugar , a estar solitario, a esquivarse solo con la mascota, entre otras cualidades no buenas que el menor presente, esto puede ser a causa del acoso escolar, tan llamado Bull ying en el cual los mismos compañeros de grupo les hacen malas caras los golpean o insultan , o que simplemente no encajan en algún grupito de amigos, también puede suceder a causa de la escasa atención de los padres. Recientemente salió en la tv, un caso donde una niña de 8 años se quitó la vida a causa de que su mascota se escapó de la casa, esto refleja que la niña tenía una muy baja autoestima, que todo la destruía por dentro , también mencionaban que los papas rara vez estaban con ella, si ellos se hubieran percatado de eso a tiempo, la niña hubiera recibido terapia psicológica, antes de a verse quitado la vida y cierto, todo viene a causa de una inestabilidad de buena autoestima.

Hay que aclarar que no es cuestión de sobre valorarse, un buen autoestima sobre estimada, es tan baja como una autoestima baja.

Hay que recordar que siempre, te amaran con la medida que ames te valoraran en la medida de que valores, te respetaran con la medida de que RESPETES, te apreciaran con la MEDIDA DE QUE APRECIES.

## Conclusión.

Como ya se habló anteriormente, la autoestima, es la valoración de la persona y el cómo se ama, generalmente positiva pero a la vez negativa, puede ser alta y baja, es como la opinión psicológicamente emocional que la gente tiene de sí misma y que supera las causas de la racionalización y de la lógica.