



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

PROFESOR:

JAVIER IVAN GODINES HERNANDEZ

MATERIA:

DESARROLLO HUMANO

MODULO: II

LICENCIATURA:

ENFERMERIA

CUATRIMESTRE:

6º

MODALIDAD:

SEMIESCOLARIZADO

ALUMNO:

SELENE MERCEDES LOPEZ LOPEZ

TRABAJO:

MAPA CONCEPTUAL

DESARROLLO HUMANO

PROMOCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA

se logra como parte de un aprendizaje que integra los siguientes factores

- La autocrítica
- La responsabilidad
- La autonomía
- El límite de los propios actos y el de los actos de los demás
- El respeto hacia sí misma y hacia el propio valor como persona

Afectos

aspecto constitutivo de la actividad humana expresado en los innumerables actos de la vida

incluyen a las emociones y sentimientos

los afectos se sienten

tiene acceso mediante introspección y constituye el núcleo central de la emoción

al ser la experimentación de algo

un recuerdo

una melodía

sea un suceso complejo

una imagen visual

RESPECTO A SÍ MISMO

Es responsabilidad de uno ser fiel a lo mejor de sí mismo

Violarse significa hacer algo que no quieres hacer

Violarse significa hacer algo que no quieres hacer

Una falta de respeto personal puede ser consciente o inconsciente

Se trata reconocer que nuestro cuerpo es valioso y parte fundamental de nuestra identidad

PILARES DE LA AUTOESTIMA.

Los Seis Pilares de la autoestima

La práctica de la integridad personal

Es la aprobación de mí mismo y siento que soy una persona en quien se puede confiar y me agrada la clase de persona

La práctica de vivir conscientemente

Es respetar la realidad sin evadirse no negarla

No negar ni rechazar nuestros pensamientos, sentimientos y acciones

La práctica de aceptarse a sí mismo

Hay que reconocer que somos los autores

La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo

La práctica de la autoafirmación

Es respetar nuestros deseos y necesidades y buscar la manera de expresarlos

La práctica de vivir con propósito

Significa asumir la responsabilidad de identificar nuestras metas y llevar a cabo las acciones

AUTOESTIMA.

es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos

significado primordial

eficacia de la propia mente

en la capacidad de pensar

búsqueda de la felicidad

de tomar decisiones de vida

consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es y lo que puede llegar a ser

mediante la cual las personas se consideran importantes una para las otras

se desarrolla a partir de la interacción humana

está configurada por factores

factores internos

los factores que radican o son creados por el individuo-ideas

factores externos los factores del entorno