



José Luis Hernández Álvarez

Javier Ivan Godínes

Mapa conceptual

Desarrollo humano

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 6 cuatrimestre

Grupo: "B"

ASPECTOS

AUTOESTIMA

¿QUÉ ES?

Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamientos

componentes

es una actitud, ya que contempla las formas habituales

tiene componentes cognitivos

tiene un componente afectivo

componentes conductual.

Neurociencia

sistema adaptativo

cerebro social

proceso de desarrollo

respeto así mismo

¿QUÉ ES?

Es algo que ocurre mas a menudo de lo que sería recomendable para una salud emocional

el respeto de uno mismo

eso nos permite ser lo que somos y actuar en consonancia

tambien

el respeto asi mismo

visto de forma holística e integral, incluye el plano físico

PILARES DE LA AUTOESTIMA

existen 6

la practica de vivir conscientemente

La práctica de aceptarse a sí mismo

La práctica de

asumir la responsabilidad de uno mismo.

La práctica de la autoafirmación.

La práctica de vivir con propósito.

La práctica de la integridad personal

PROMOCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA

factores

La autocrítica

La responsabilidad

El respeto hacia si misma

también hacia el propio valor como persona

el limite de los propios actos

el de los actos de los demás

la autonomía

como la búsqueda de espacios para la autorrealización