



**Nombre de alumnos: Hernández
Aguilar Leticia Moncerrat**

**Nombre del profesor: Godínez
Hernández Javier Iván**

**Nombre del trabajo: Mapa
Conceptual.**

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6^{to}

Grupo: “C”

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de julio de 2020.

AFFECTOS, AUTOESTIMA, RESPETO A TI MISMO, PILARES DE LA AUTOESTIMA, PROMOCIÓN DE UNA AUTOESTIMA

AFFECTOS

Se dice que es una actividad en la cual expresamos nuestros actos de nuestra vida.

Son

Están contruidos psicológicamente en la cual expresamos las emociones y los sentimientos.

Es experiencia más elemental a la que se tiene acceso mediante introspección y constituye el núcleo central de la emoción

En lo cual se va refiriendo al "yo" lo que uno mismo le va durante todo el desarrollo de la vida

Se va relacionando con demostrar afecto o cariño a determinadas personas y se van expresando las emociones y sentimientos.

En el cual nos unimos a otros, al mundo y a nosotros mismos, en la cual hay una razón o motivo que incita, mantiene y dirige su acción o fuerza de voluntad

AUTOESTIMA

conjunto de percepciones pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos

Es como valorarse a sí mismos, quererse y ser uno mismo.

Es nuestra expresión evaluativa de nosotros mismos.

Es

confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad.

Confiar, valorarse, quererse, respetarse, amarse a uno mismo, y tener nuestro derecho a triunfar y a ser felices además de saber quererse como uno mismo. Y hasta donde podemos llegar

RESPETO A TI MISMO

Se dice que nos debemos de respetar entre nosotros mismos tanto como valorarnos así mismo uno a los otros.

Debemos de querernos mutuamente y amarnos así mismos tal y como somos sin importar lo que los demás digan de nosotros.

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

Debemos de aceptarnos a sí mismos, y todo el entorno que nos rodea

Lo que nosotros pensamos, imagen, cuidado de nuestras acciones y como nos referimos a los demás.

PILARES DE LA AUTOESTIMA

Autoestima

Es

- Autoconocimiento
- Autoaceptación
- Autorresponsabilidad
- Autoafirmación
- Autopropósito
- Autointegridad

Se dice que debemos de vivir conscientemente en lo cual debemos de vivir nuestra realidad y vivir libremente como uno mismo le guste vivir

Debemos de ser responsables en todo, en tanto nuestras reacciones, y estimarse uno mismo.

Debemos de seguir las bases del respeto por si mismo y tenernos amor propio

PROMOCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA

Debemos de tener una serie de aprendizaje para emprenderlo. Y debemos de incluir el reconocimiento de los propios errores y aceptarlos.

Asi mismo debemos de hacer todo con responsabilidad, respeto hacia sí misma y hacia el propio valor como persona

Debemos de respetarnos y respetar a los demás, ante todo, y brindar la atención posible para determinar una buena opinión a los demás.

Ayudar a tener una mejor autoestima. Así motivar o motivarnos unos a los otros.

