



Nombre de alumnos: Amairani Gabriela Guirao López.

Nombre del profesor: Javier Iván Godines

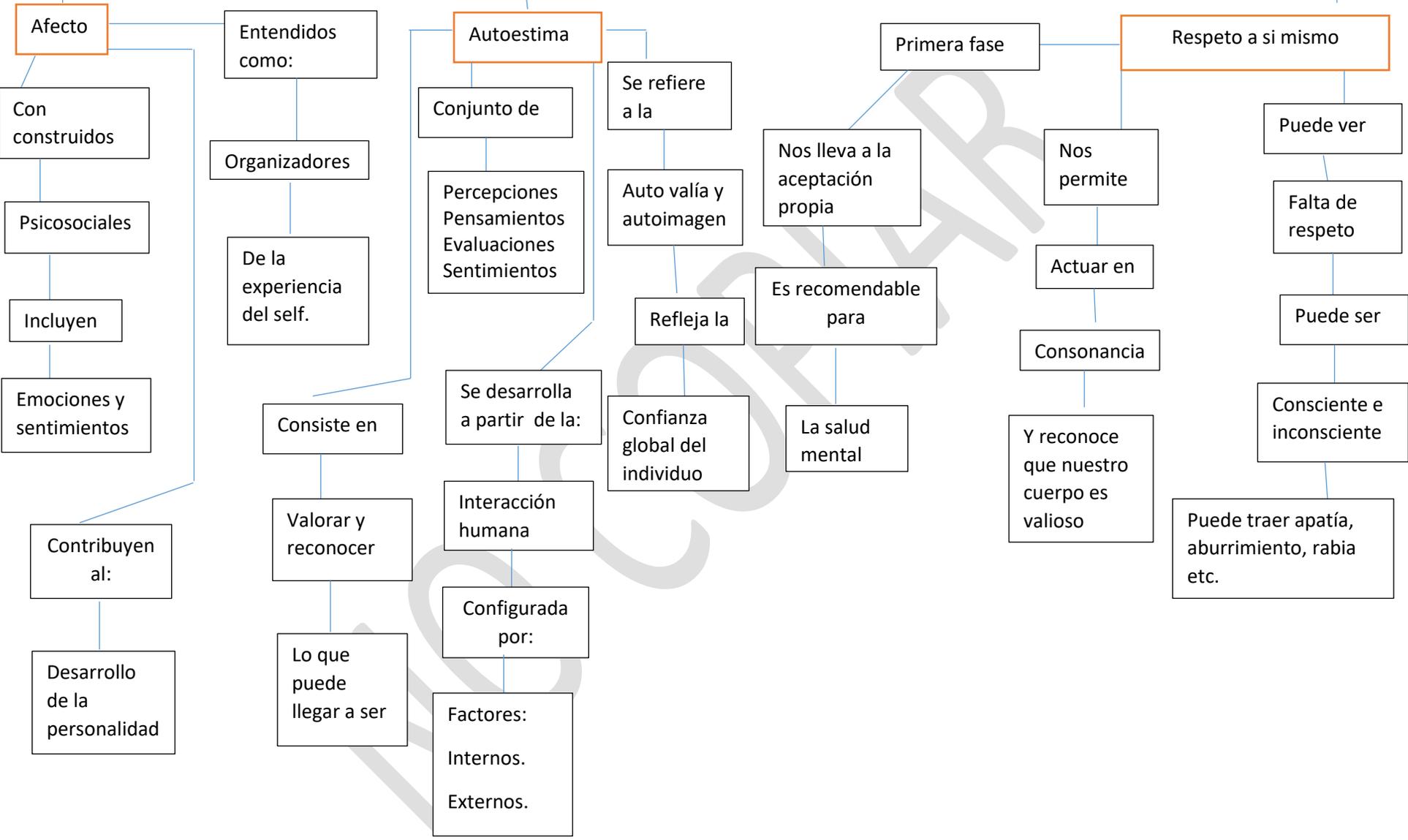
Nombre del trabajo: mapa conceptual

Materia: Grado: 6to

Grupo: Domingos

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de junio de 2020.

Afecto, autoestima, y respeto a si mismo



Pilares de la autoestima y promoción de una sana distancia

Pilares de la autoestima

Nathaniel Branden

6 pilares para fomentar la

Autoestima

- Autoconocimiento:** ser consciente.
- Autoaceptarse:** Comprender nuestro potencial.
- Autorresponsable:** Responsabilidad
- Autoafirmación:** ser autentico y defender convicciones.
- Autopropósito:** Asumir la responsabilidad.
- Autointegridad:** tener principios.

Promoción de una sana distancia

Límite de propios actos.

Responsabilidad

La autonomía

Autocrítica

Respeto hacia sí mismo

