



**Nombre de alumnos:** Amairani Gabriela Guirao López.

**Nombre del profesor:** Javier Iván Godines

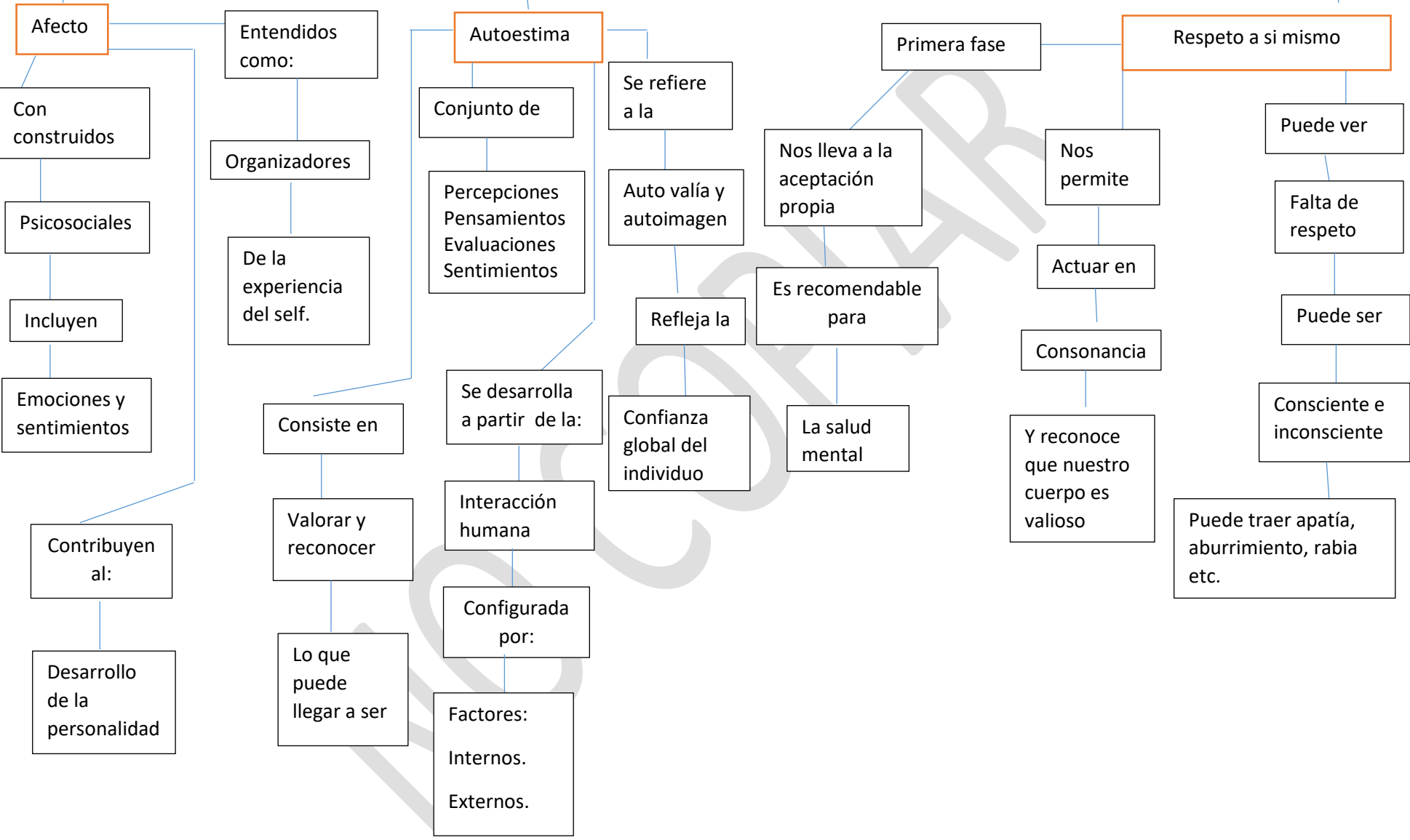
**Nombre del trabajo:** mapa conceptual

**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

