



PASIÓN POR EDUCAR

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

NOMBRE DE LA ALUMNA: ALICIA DEL CARMEN PÉREZ HERNÁNDEZ.

LICENCIATURA: CONTADURÍA PÚBLICA.

NOMBRE DEL PROFESORA: ADRIANA PATRICIA NÁJERA FLORES.

NOMBRE DEL TRABAJO: ENSAYO

- LA AUTOESTIMA DE QUE ELEMENTOS ESTÁ CONFORMADA Y SU IMPORTANCIA EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

MATERIA: DESARROLLO HUMANO.

CUATRIMESTRE: 6TO

GRUPO: (E)

PASIÓN POR EDUCAR

A decorative border of yellow stars with black outlines surrounds the entire page. The stars are arranged in a rectangular frame, with one star at each corner and a row of stars along each side.

Introducción

El autoestima es fundamental en las personas porque es un proceso que la vida pasa por muchas circunstancias que el pensamiento descubre el interior y exterior del cuerpo y sentimiento, humano, también se incluye el estado de animo que se encuentra la persona, el valor del individuo al ejercitar sus saberes, el poder de la capacidad mental, que describe la persona mediante de su expresión e interprecion de las cosa que fluye en su vida, donde la persona debe conocerse por si mismo y darse cuenta de su carácter y comportamiento hacia lo exterior, el autoestima está conformada de cuatro elementos que son lo siguiente: la autoaceptación la autoimagen la autovaloración autoconcepto, son lo más fundamental de este caso.



La autoestima de que elementos está conformada y su importancia en la inteligencia emocional.

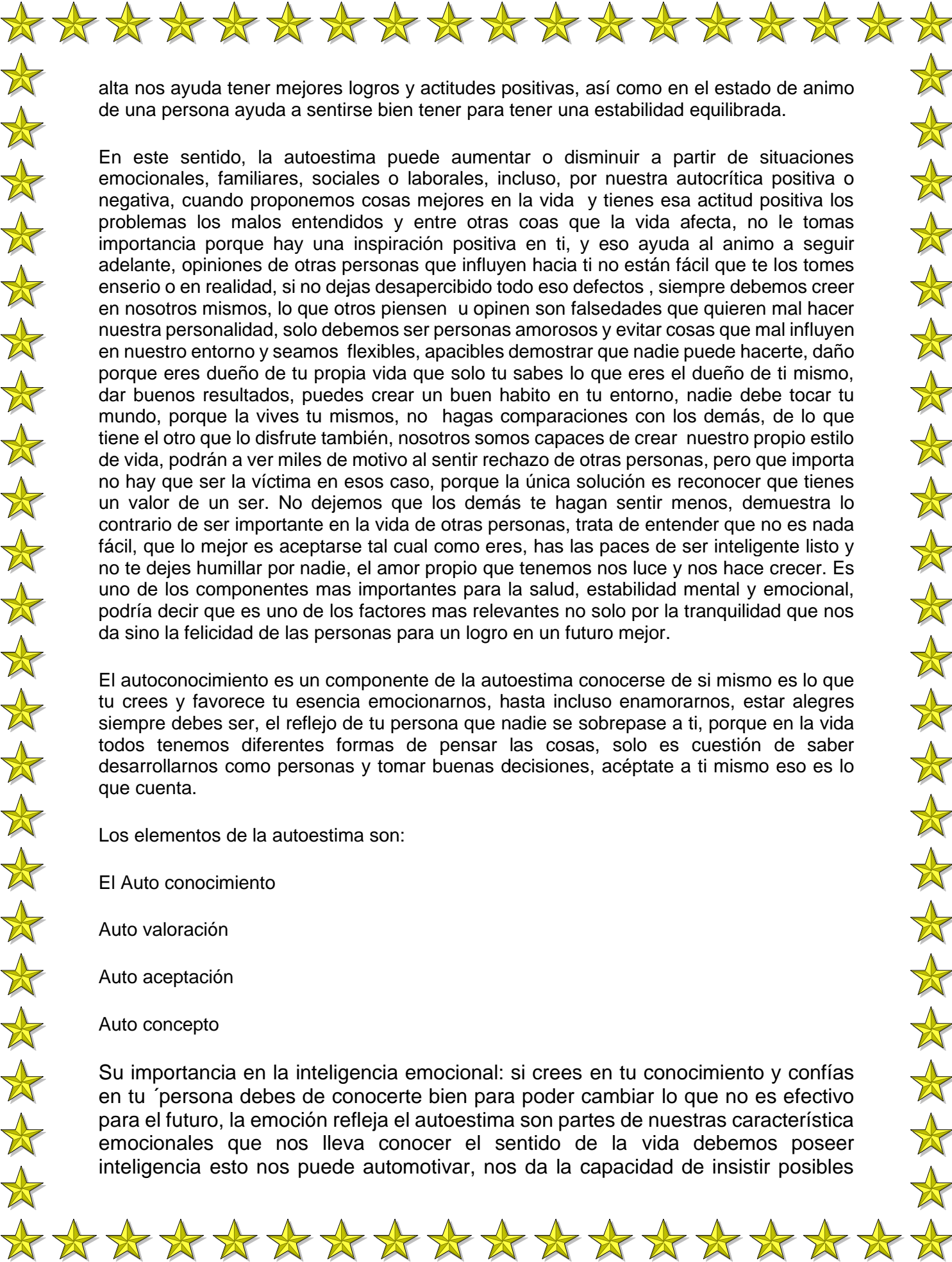
La autoestima es parte de lo que pensamos, lo que imaginamos, nuestros sentimientos, el comportamiento nos dirige y los rasgos personales, nosotros mismos delatamos lo que somos, a través de los conocimientos que compartimos, hacia otras personas que convives, te distingues con tus perspectivas y la flexibilidad que tienes, como consideras tu capacidad de hacer las cosas, las habilidades que tienes dentro de ti y tus conocimientos que hace una demostración de lo que sabes hacer, para que eres bueno, entonces a través de eso se va generando muchas posibilidades para el reconocimiento de lo que es reflejado y propio de las cualidades, los defectos que tiene la persona para su producción.

La autoestima está relacionada con la autoimagen, que presenta la personalidad. Como me veo en otros y como me considero, es una autonomía de presentimientos del propio ser humano, ya que todo lo que se cree que somos, el cuerpo lo percibe y pone en función la imaginación o la creencia de uno mismo, siempre va ver personas que no se aceptan tal y como son porque no le gusta como se ve su imagen, o por algunas otras razones que afecta lo que transmitimos, es donde entra la negatividad del individuo, porque el subconsciente percibe lo que piensas lo que imaginas y se puede volver realidad, la persona debe creer de si mismo para que los demás lo puedan hacer y confiar en su persona para poder denominarse que es capaz de ser lo todo sin que nadie incurra en sus actos.

Cuando una persona tiene la mente positiva siempre va ser productivo en su labor y en su vida porque eso hace que progrese constantemente sin interrupciones, que haya en su mente, la fluidez va ser mejor porque como persona lo hará crecer y desarrollar a todo lo que se propone para cumplir sus metas u objetivos en un futuro, asimismo reúne todo su aprendizaje para reflexionar y organizar su vida, en que deba mejorar para los que ya no son factibles ni favorables en su progreso.

La negatividad hace surgir ideas que bloquen la mente de las personas, por pensar cosas negativas, afecta al ser humano psicológicamente ya que se transforma en un grave problema del individuo cuando no le dan solución, cuando se presenta algo desfavorable que destruye o cambia la opinión de uno mismo, obstaculizan el camino a seguir se vuelve un reto de la vida y queda estancado en ese lugar sin salidas, esto surge cuando existen problemas y no llegan a solucionarse, porque la mente es muy sensible de todo lo que le transmiten formula rápidamente una creación negativa, esto queda posicionado en el conocimiento, si nada nos defiende, y nos sentimos en soledad, sin tener alguien que motive dicha persona, por las consecuencias que la vida nos hace enfrentar decaemos rápido en depresión y se aprovecha de nuestra sencillez porque estamos viendo el lado negativo, es muy fácil caer muy bajo sin que sepas defender tu persona, lo que hay dentro de ti es lo que te hace crecer y lo que te hace caer las falsedad de la negatividad destruye sueños y metas propuestas en un determinado momento.

La forma en que una persona se valora está influenciada en muchas ocasiones por los agentes externos o el contexto en el que se encuentra el individuo, por ello puede cambiar a lo largo del tiempo, las personas son responsables de sus actos porque ellos, están conscientes de lo que sienten en si mismo, para hacer las cosas bien o mal, la autoestima



alta nos ayuda tener mejores logros y actitudes positivas, así como en el estado de animo de una persona ayuda a sentirse bien tener para tener una estabilidad equilibrada.

En este sentido, la autoestima puede aumentar o disminuir a partir de situaciones emocionales, familiares, sociales o laborales, incluso, por nuestra autocritica positiva o negativa, cuando proponemos cosas mejores en la vida y tienes esa actitud positiva los problemas los malos entendidos y entre otras cosas que la vida afecta, no le tomas importancia porque hay una inspiración positiva en ti, y eso ayuda al animo a seguir adelante, opiniones de otras personas que influyen hacia ti no están fácil que te los tomes enserio o en realidad, si no dejas desapercibido todo eso defectos , siempre debemos creer en nosotros mismos, lo que otros piensen u opinen son falsedades que quieren mal hacer nuestra personalidad, solo debemos ser personas amorosos y evitar cosas que mal influyen en nuestro entorno y seamos flexibles, apacibles demostrar que nadie puede hacerte, daño porque eres dueño de tu propia vida que solo tu sabes lo que eres el dueño de ti mismo, dar buenos resultados, puedes crear un buen habito en tu entorno, nadie debe tocar tu mundo, porque la vives tu mismos, no hagas comparaciones con los demás, de lo que tiene el otro que lo disfrute también, nosotros somos capaces de crear nuestro propio estilo de vida, podrán a ver miles de motivo al sentir rechazo de otras personas, pero que importa no hay que ser la víctima en esos caso, porque la única solución es reconocer que tienes un valor de un ser. No dejemos que los demás te hagan sentir menos, demuestra lo contrario de ser importante en la vida de otras personas, trata de entender que no es nada fácil, que lo mejor es aceptarse tal cual como eres, has las paces de ser inteligente listo y no te dejes humillar por nadie, el amor propio que tenemos nos luce y nos hace crecer. Es uno de los componentes mas importantes para la salud, estabilidad mental y emocional, podría decir que es uno de los factores mas relevantes no solo por la tranquilidad que nos da sino la felicidad de las personas para un logro en un futuro mejor.

El autoconocimiento es un componente de la autoestima conocerse de si mismo es lo que tu crees y favorece tu esencia emocionarnos, hasta incluso enamorarnos, estar alegres siempre debes ser, el reflejo de tu persona que nadie se sobrepase a ti, porque en la vida todos tenemos diferentes formas de pensar las cosas, solo es cuestión de saber desarrollarnos como personas y tomar buenas decisiones, acéptate a ti mismo eso es lo que cuenta.

Los elementos de la autoestima son:

El Auto conocimiento

Auto valoración

Auto aceptación

Auto concepto

Su importancia en la inteligencia emocional: si crees en tu conocimiento y confías en tu ´persona debes de conocerte bien para poder cambiar lo que no es efectivo para el futuro, la emoción refleja el autoestima son partes de nuestras característica emocionales que nos lleva conocer el sentido de la vida debemos poseer inteligencia esto nos puede automotivar, nos da la capacidad de insistir posibles



funciones tener el control de nuestro propio impulso, regular el estado de ánimo para facilitar la convivencia con otras personas a nivel familiar y laboral.

La inteligencia emocional te puede hacer crear un éxito en la vida y ejecutar, para poder ver que tanto influye nuestro conocimiento, la habilidad nos lleva a descubrir lo mejor de nosotros.



Conclusiones

En este tema se trato del autoestima del las personas que poseen en un mismo, la creencia, como crees que eres, como te distingues eres capaz de ser una persona que te imaginas o mas de lo que te imagina, es algo que tu te propones y esa idea se queda en ti, la persona se auto valora por sí mismo, se auto acepta tal cual como son sus características, nuestra personalidad no podemos rechazarlo, si soy quien soy así seré siempre, no puedo hacer distinciones con otras personas, ni comparaciones , somos únicos y eso nadie lo cambia, debemos tener la mente abierta , sentir ese acercamiento de nuestro ser y ser uno mismo es lo mejor que podemos hacer, porque tu imagen debe sentirse aceptado en caso contrario, si tu mismo no te aceptas imaginemos lo demás que está a nuestro entorno, darnos a que nos reconozcan, como el valor que tenemos y que todo se puede cuando tu mente influye en lo positivo no pueden engendra ideas que te destruyan fácilmente, lo mas importante es tu conocimiento que tanto sabes si pones en práctica tu inteligencia de saber hacer o ordenar tus saberes y ejecutarlos es una buena demostración ante la presencia de otros, es una muestra de si mismo que estar con buenos hábitos que te hacen sentir especial, y creer en ti, a través de eso te evalúan por tus acciones que demuestras donde ven tu capacidad de la voluntad de hacer las cosas y tener iniciativa propia te eso hace crecer desarrollar y madurar muchas expectativas importantes en la vida.



Bibliografía

Antología Uds.

<https://www.significados.com/autoestima/>