

# **CUADRO SINOPTICO “AUTORREALIZACION”**

**ETAPAS DEL DESARROLLO**

**JEZABEL IVONNE SILVESTRE MONTEJO**

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**SHEYRA JAZMIN MARTINEZ GOMEZ**

**3ER CUATRIMESTRE GRUPO “A” CIENCIAS DE LA EDUCACION**

**LUGAR: FRONTERA COMALAPA CHIAPAS**

**FECHA: 18 DE JULIO DEL 2020**

# AUTORREALIZACION

QUE ES?

Es el logro afectivo de las aspiraciones o los objetivos vitales de una Persona por sí misma, y satisfacción y orgullo que se siente por ello.

LA PERSONA AUTO-  
RREALIZADA MOTIVADA  
POR NECESIDADES DEL  
DESARROLLO

La persona autorrealizada motivada por necesidades del desarrollo, tiene la curiosa habilidad de transformar las actividades-medio en experiencias finales.

Maslow afirma, que el caminar se convierte en un disfrute no menos intenso que la Consecución de la meta deseada.

RETRATO DE LA PERSONA  
AUTORREALIZADA, MADURA  
Y FELIZ

Es autosuficiente, no teme a lo desconocido, encuentra un sentido, no pierde el tiempo en lamentaciones, ha aprendido a pensar positivo, se mantiene en serenidad y calma, utiliza el pasado solo en la medida en que le puede servir para vivir, cuida su cuerpo y se esfuerza por mantenerlo vigoroso, cree en el ser humano, está motivado y alentado Por los valores

CALIDAD DE VIDA

Algunos autores están de acuerdo que no existe una teoría única que defina y explique el fenómeno Este pertenece a un universo ideológico y no tiene Sentido sino en relación con un sistema de valores.

se puede generalizar la mejor designación es "la claridad de la vivencia de la vida que tienen los sujetos, que exigen conocer cómo viven y sus condiciones objetivas De existencia en la sociedad.

PROGRAMA DE  
EVOLUCION PERSONAL

Se ubica en cuatro áreas:

- 1.- yo
- 2.- familia
- 3.- trabajo
- 4.- entidad social y medio ambiente

PROYECTO DE  
VIDA

somos arquitectos de nuestro propio destino es fundamental que queremos lograr y hacia Donde deseamos dirigirnos.

hay que saber:

- 1.- lo que queremos
- 2.- tener un plan para lograrlo, con puntos de verificación y Planes de contingencia
- 3.- ejecutar con precisión dicho plan

AUTORREALIZACION

DESEO, CREENCIA  
Y EXPECTACION

Es importante que en primer lugar seamos capaces de crear nuestros objetivos y en segundo lugar, hagamos que esto se convierta en realidad.

el doctor José Silva, afirma que para que eso ocurra tiene que existir el deseo, la creencia y la expectativa.

OBJETIVO

Los objetivos son los pasos que necesitamos dar para alcanzar nuestras metas.

los objetivos a diferencia de las metas son mucho más concretos.

METAS

tenemos que definir nuestras metas

¿a dónde queremos llegar?  
¿cuál es nuestro sueño en la vida?

Una buena forma de fijar nuestras metas es imaginando como nos gustaría ser Dentro de 20 años.