



Nombre del alumno:

Alfredo Hernández Pérez.

Nombre del profesor:

Mtro. Eliú Morales.

Licenciatura:

Enfermería

Materia:

PROYECCION PROFECIONAL

PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del trabajo:

Avance I de tesis:

“Cuadro sinóptico del tema: Autoestima”

8º cuatrimestre grupo “C”.

Frontera Comalapa, Chiapas a 14 de marzo del 2021.

AUTOESTIMA

ES EL AMOR QUE UNA PERSONA TIENE POR SI MISMA, CONJUNTO DE LAS ACTITUDES DEL INDIVIDUO HACIA SI MISMO, O LA PERSEPCION EVALUATIVA DE UNO MISMO.

LAS "AES" DE LA AUTOESTIMA

Aprecio autentico de uno mismo como ser humano, independientemente de lo que pueda hacer o tener.

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos.

Afecto: actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa Asia uno mismo.

Atención: cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales

DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA

La formación de la autoestima empieza desde que una persona nace

Afirmación recibida

Sumamente importante para un joven, un adulto, un anciano, hombre o mujer, recibir y deleitarse con el aprecio, aceptación, afecto y atención que otras personas le brindan desinteresadamente.

Afirmación propia

A medida que la persona crece puede y debe depender menos de la afirmación que viene de otros

Afirmación compartida

Aunque parezca contraproducente cuanto más, damos más recibimos, si se da sinceramente de corazón, es decir, no obligada sino libremente

DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA

Dimensión física

Hecho de sentirse atractiv@ físicamente, no condicionado por estereotipos estéticos, ni prejuicios raciales o de género, si no por la íntima satisfacción de aceptar el propio cuerpo como es.

Dimensión afectiva

Sentimiento de ser aceptado y querido por los demás y al conocimiento y aceptación de las características tanto positivas como negativas de su personalidad.

Dimensión social.

Es sentirse capaz de enfrentarse con éxito diferentes situaciones sociales y el sentimiento de pertenecer a un grupo o comunidad identificándose con las necesidades de los demás por un sentido de solidaridad

Dimensión académica.

Es la autopercepción de su capacidad de enfrentar con éxito las exigencias de los estudios que lo conduzcan a dominar todos los conceptos, estrategias y procedimientos para ser un empresario que conoce su campo de acción

Dimensión ética

Se refiere a sentirse una persona buena y confiable, segura de su integridad personal y capaz de cuestionar y cambiar críticamente sus ideas

ACERTIVIDAD

Es expresar nuestras necesidades, creencias, sentimiento y pensamientos de manera clara, directa firme, sin agredir ni herir a si interlocutor y respetando los derechos de los demás.

Persona con elevada autoestima

Independiente, con iniciativa, espontanea, orgullosa de sus ogros

Persona con baja autoestima

Apática, temerosa, angustiada, tiene complejo de superioridad o inferioridad, insegura, sin iniciativa.