



---

**Universidad del Sureste**

---



**Medicina Veterinaria y Zootecnia**

**Delia Escamilla Méndez**

**Proyección Profesional**

**Tuxtla Gutiérrez Chiapas**

**19/Enero/2021**

## Autoestima laboral

### • Que es autoestima?

Tener mucho amor por sí mismo, estar seguros con lo que somos y como nos vemos.

### 5 Defectos

- Ansiosa
- Olvidar nombres de medicamentos
- Enojarme rapido
- Querer hacer las cosas a mi manera
- No saber lanzar una vara  $\frac{1}{2}$

### 5 Cualidades

- Inteligente
- Amable
- Puntual
- Buen trabajo en equipo
- Aprender visualmente

### • ¿Que es autoestima laboral?

Es la percepción que tenemos de nuestro desempeño en el trabajo y se suele medir en base a lo que creemos que hacemos y lo que creemos que deberíamos hacer.

### • ¿Por que es importante tener buena autoestima laboral?

Esto puede entorpecer su desempeño, nublar su juicio e incluso, llegar a paralizarse.

## • Beneficios de cultivar el autoestima.

- Permite ganar confianza
- más seguros en nuestras acciones
- Hará que el equipo esté motivado, sea más productivo

## • Recomendaciones para aumentar el autoestima laboral

- Trabaja en tu confianza a diario y no dudes de tus habilidades
- Aprender constantemente
- Presta atención a tu lenguaje corporal
- Concéntrate en tus fortalezas y conoce tus debilidades
- Cambia de actitud empoderate

• ¿Eres consciente de lo que has sido capaz de hacer hoy ahora?

Si