



**NOMBRE DE LA ALUMNA: YENI GABRIELA  
SÁNCHEZ MÉNDEZ.**

**NOMBRE DE LA PROFESORA: ALMA ROSA  
ALVARADO PASCACIO.**

**NOMBRE DEL TRABAJO: MAPA  
CONCEPTUAL.**

**MATERIA: PROYECCION PROFESIONAL.**

**GRADO: 8°**

**GRUPO: CIENCIAS DE LA EDUCACION**

PROYECCION PERSONAL Y PROFESIONAL

Conocimiento de sí mismo

También denominado autoconcepto, es la imagen que se tiene de uno mismo.

Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto

Se clasifica en 5 etapas de acuerdo a Mack y Ablon son:

- Infancia { Aprende a diferenciarse de los demás.
- Niñez temprana { Aprende a sentirse orgulloso de sus logros.
- Preescolar { Aprende a sentirse orgulloso al dominar situaciones estresantes.
- Primaria { Integra las opiniones ajenas.
- Adolescencia { El autoconcepto cambia conforme se construye una nueva imagen.

Autoestima

Es el amor que uno tiene sobre si mismo.

Las "Aes" de la Autoestima son:

- Aprecio { La autenticidad de uno mismo, considerarse igual que cualquier persona pero diferente.
- Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos. { Afrontar las situaciones que se presente de la mejor forma.
- Afecto { Es la actitud, el cariño que se tiene hacia uno mismo.
- Atención { Se prioriza el cuidado de las necesidades físicas, intelectuales y espirituales.

Fases

- Afirmación recibida { Es la atención recibida por parte de otras personas.
- Afirmación propia { No depender de afirmaciones de otras personas.
- Afirmación compartida { Son las afirmaciones que uno le hace a otras personas con el fin de elevar su autoestima.