



Mi Universidad

Super notas

Nombre del Alumno: Ingrid Yosabet Anzueto

Nombre del tema: Autoestima

Parcial: No. 2

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Alejandra Torres

Nombre de la Licenciatura: Medicina veterinaria y zootecnia

Cuatrimestre: 8vo

AUTOESTIMA

Es el amor que una persona tiene por si misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia si mismo.



BE KIND
TO YOUR
MIND

Aprecio autentico de uno mismo como ser humano, independientemente de lo que pueda hacer o tener, de tal manera que se considera igual aunque diferente a cualquier otra persona.

FACTORES COGNITIVOS

Se refiere a la formación del concepto que tienen de uno mismo, basado en las experiencias que se han tenido a lo largo de la vida.



También se basa en las creencia que se forman con la experiencia sobre las habilidades, cualidades, capacidades, valores y limites tienen peso fundamental y contribuyen al propio conocimiento.

Ama lo que haces

Dedícate tiempo

Sé positivo

Haz ejercicio

Cuida las relaciones

