

**NOMBRE DEL ALUMNO: Filadelfo domingo
ruiz hernandez**

NOMBR DEL PROFESOR: Alejandra torres

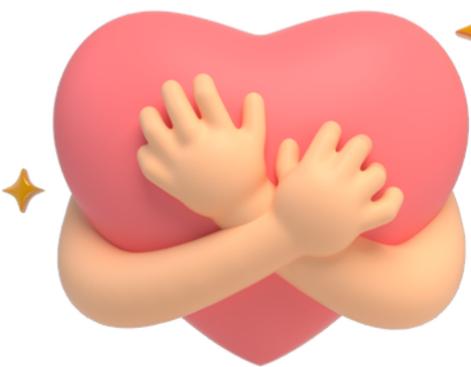
NOMBRE DEL TRABAJO: super nota

MATERIA: proyección profesional

GRADO: 8

GRUPO: LMVZ

EL AUTOESTIMA



**PARA AMAR A LOS DEMAS PRIMERO DEBES
AMARTE A TI MISMO**



¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?

es la valoración que una persona tiene de sí misma y que puede ser positiva o negativa. Es un concepto psicológico que se elabora en base a las emociones y no sobre cuestiones racionales

CARACTERÍSTICAS DE LA AUTOESTIMA

se caracteriza por manifestarse en diferentes niveles que pueden variar según cada persona y la etapa de la vida que se esté transitando



NIVELES DE AUTOESTIMA

Una persona con la autoestima alta se siente segura para hablar en público. Los niveles de autoestima pueden oscilar entre positivos o altos y negativos o bajos.

CÓMO MEJORAR LA AUTOESTIMA

Mejorar la autoestima es un proceso que requiere de tiempo, de paciencia y de ejercicio mental.



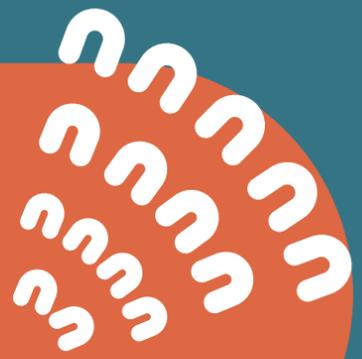
FACTORES COGNITIVOS

Los factores cognitivos son aquellos que se refieren a la recepción de la información que la persona recibe, la elabora y tienen ciertas características



LA PERCEPCIÓN:

capacidad que tiene la persona de recibir la información externa a través de sus sentidos y de poder combinarla con sus experiencias y conocimientos pasados e historia personal



Es a través de la percepción que la persona percibe el mundo y juega con posibilidades para poder satisfacer sus necesidades tanto físicas como emocionales, mentales y espirituales

EL PROCESO DE CONEXIÓN:

Las ideas originales surgen de establecer nuevas relaciones con ideas existentes, transformando la información establecida o añadiendo detalles a situaciones conocidas, como la codificación, la combinación, la comparación selectiva y requerida en procesos creativos.



Parnes dice "Lo genial es encontrar la conexión" ya que este proceso posibilita la conceptualización y relación de datos existentes para generar nuevas ideas

FACTORES AFECTIVOS:

El arte de hacer buenas preguntas es una herramienta que podemos utilizar para activar el pensamiento creativo como lo son: preguntas provocativas, reflexivas, de comprobación, hipotéticas, justificantes, para una mejor percepción, entre otras

