

Ejercicios

Actividad

- 1) Realiza un ensayo sobre la autoestima y cómo influye su familia.

R= La autoestima es la valoración que hacemos de nosotros mismos en base a nuestra experiencia y sensaciones. La autoestima se forma en las primeras etapas de la vida, en los primeros años concurren una serie de aprendizajes que serán cruciales para la propia estima. En la formación de autoestima aparece nuestra propia imagen (autoconcepto) y la imagen que los demás tienen.

En este sentido, la familia se constituye como primera célula social, donde los niños y niñas comienzan su proceso de socialización y se producen los aprendizajes sobre el mundo y sobre la propia persona es fundamental. El desarrollo de la autoestima no puede independizarse de la familia, siendo ésta el contexto donde la autoestima se acunó y crece.

- 2) ¿cómo te autocuidas?

R= yo me autocuido báñandome, comiendo saludable.

- 3) ¿cómo te respetas?

R= Amándome como soy dándome a respetar de las personas y dándome el lugar como mujer.

- 4) Te aceptas como eres

R= Me amo como soy: gordita, chespa, bajita, con estrías, malgenada al fin soy feliz como soy.

Evaluación

va a reflexionar respecto a cómo se sintió y qué tanto aprendió en el desarrollo de esta guía didáctica:

¿Qué aprendió? R= El autoestima en la familia que se les debe enseñar a los niños y niñas.

¿Qué le gustó? R= De amarse uno tal y como es

¿Qué se le dificultó? R= Nada