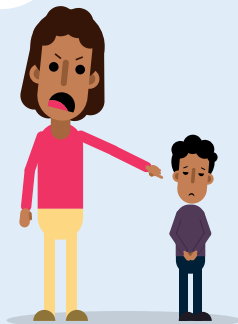


¿QUÉ SON PERSONAS NEGATIVAS Y PERSONAS POSITIVAS?

PERSONAS NEGATIVAS

Siempre encuentran algo negativo en el entorno. Critican y desvalorizan para causar daño, provocar miedos y lágrimas sin ningún fin o para su beneficio.

Cargan innecesariamente su interior, su mente y su corazón, y el de las personas de su entorno, con problemas, hábitos y actitudes negativas.



PERSONAS POSITIVAS

Tienen actitudes positivas ante diversas situaciones. No temen enfrentar la realidad y sus necesidades interactúan equilibradamente con las del entorno.

Reconocen su vulnerabilidad y no se avergüenzan ni la niegan. Se reconoce como alguien que merece respeto.

Son seres íntegros, protegen todas las áreas de su salud: física, emocional, mental y espiritual.



TIPS PARA LOS PADRES DE FAMILIA

1. Ayudar al niño a sentirse competente celebrando y reconociendo sus habilidades.
2. Entender los errores como oportunidades de aprendizaje y de crecimiento.
3. Reconocer y celebrar el esfuerzo y no solo el éxito.
4. Estableciendo pautas y normas de convivencia de manera clara, precisa y acorde a la edad de nuestros hijos.

CONTACTO

Jr. Pachacútec 980 Jesús María, Lima, Perú
+51 (1) 424-7057 / 431-0482 / 431-4837
comunicaciones@aprodeh.org.pe

Síguenos en:



AUTOESTIMA

Fortaleciendo espacios para el ejercicio de los derechos y el empoderamiento de las personas con discapacidad.

FINANCIADO POR:



¿SABES QUÉ SIGNIFICA LA AUTOESTIMA?

Es la confianza en nuestra capacidad de pensar, de enfrentarnos a los retos de la vida. Es confiar en nuestro derecho a triunfar y ser felices a pesar de las adversidades. Es el sentimiento de ser respetados, dignos y tener el derecho de ir progresando o superando nuestras necesidades y carencias.

Nathaniel Branden

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA AUTOESTIMA?

Porque nos permite resolver problemas y satisfacer nuestras propias necesidades. Por ejemplo: si yo tengo una buena autoestima, tengo mayor confianza en mí y puedo conseguir lo que deseo.

LA ESCALERA DE LA AUTOESTIMA



“UNA PERSONA POSITIVA CONVIERTE SUS PROBLEMAS EN RETOS, NUNCA EN OBSTÁCULOS”

ELEMENTOS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA AUTOESTIMA

Autorespeto:

Amarse a uno mismo, aprecio, reconocimiento y tolerancia como ser humano digno y valioso que forma parte de una familia y de una sociedad.

Autoaceptación:

Reconocimiento y aprobación de las propias cualidades y limitaciones que tenemos cada uno de nosotros.

Autoevaluación:

Es una reflexión valorativa acerca de cómo nos desarrollamos en la vida.

Autoconcepto:

Ideas o creencias que tenemos acerca de nosotros mismos asociado a un juicio de valor en la cual influyen dos componentes: personal (uno mismo) y el social (familias, pares, la comunidad).

Autoconocimiento:

Es el conocimiento de uno mismo en los diversos aspectos personales, sea físico, psicológico (intelectual, afectivo, vocacional, etc.).