



INSTITUCIÓN EDUCATIVA FE Y ALEGRÍA EL LIMONAR

“Educación popular con el corazón abierto a la comunidad”

Medellín – Colombia

TALLER DE REFUERZO

Nombres				Apellidos		
Grado	7°	A,B	Temas	Valoración generalmente positiva de sí mismo		
Asignatura	Ética		Periodo	1,2,3,4	Docente	Glenfor Vickenth Mosquera

AUTOESTIMA

Autoestima. 1. f. Valoración generalmente positiva de sí mismo. —*Diccionario de la Real Academia Española*.

¿Cómo te ves a ti mismo?

Para empezar tenemos que entender qué es la *estima* o *estimación*: es el aprecio que tenemos con respecto a alguien por sus características y circunstancias, es decir, el valor que le damos a las personas. Por ejemplo, puedes reconocer la inteligencia o la capacidad de esfuerzo de tu padre, la dedicación de tu madre o la capacidad deportiva de tus amigas o amigos. Encuentras en ellos éstos y muchos valores positivos más que superan sus pequeños defectos. Por otra parte, esas personas que te rodean distinguen tus capacidades, como tu rapidez para correr o tu facilidad para manejar el trompo. De esta forma tú aprecias determinados rasgos de los demás y los demás aprecian determinados rasgos tuyos.

Ahora: ¿cómo te ves tú a ti mismo? ¿Qué piensas de tu aspecto y tu cuerpo? ¿Cómo consideras tus propias capacidades? Reconocer cada uno de tus valores positivos es un esfuerzo de autonomía que te permite formarte una idea clara de ti y saber cuáles son tus mejores recursos para avanzar en la vida y resolver sus problemas. El principal requisito es la sinceridad: saber cuáles son tus ventajas y desventajas reales te permite situarte en el mundo, orientar bien tus esfuerzos y tomar decisiones. Al mismo tiempo te ayuda a saber que eres mucho más de lo que pueden pensar los demás.

“¡Por ser un perro Chihuahua tiene suficientes problemas de autoestima!”

Actividad

Teniendo en cuenta lo dicho en el último párrafo escribe un texto donde cuentes más de ti.