



*Colegio*  
**Virginia Bravo**  
CORMUN RANCAGUA

# Guía N° 5

Orientación  
6° año básico

Mr Hellman



# Contents of This Template

**NOMBRE :**

**FECHA : 05-04-2021**

**OBJETIVO DE APRENDIZAJE:** Trabajar la autovaloración y el autoestima a través de estrategias que ayuden a descubrir nuestras fortalezas y por ende nos de mayor seguridad

**OA: 01**

**HABILIDADES :**

- Analizar

• • •  
• • • Hello and welcome to our class.

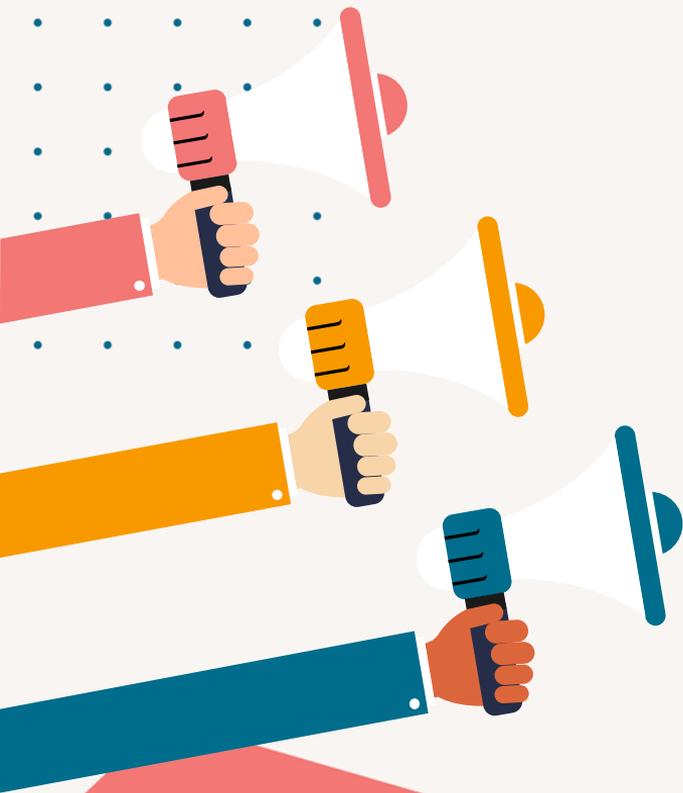
• • • Durante esta trabajaremos el concepto de autovaloración, con el fin de que te des cuenta que  
• • • todos tenemos un propósito y que este puede ser diferente al de mis pares.

# Table of Contents



01 Autovaloración  
Tiempo de debate

02 Ticket de Salida



**Social:** afina habilidades como empatía y colaboración

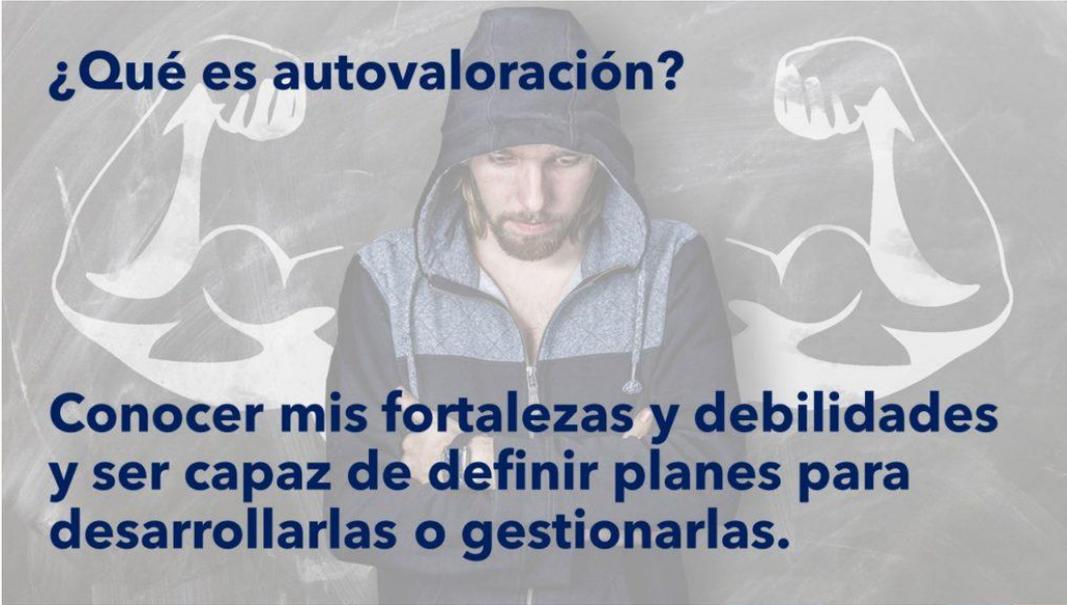
**Espiritual:** afianza el liderazgo en nuestra propia vida

**Física:** realiza la capacidad para trabajar

**Mental:** Desarrolla la comprensión y el aprendizaje

**Aspectos positivos de trabajar la autoestima**





**¿Qué es autovaloración?**

**Conocer mis fortalezas y debilidades  
y ser capaz de definir planes para  
desarrollarlas o gestionarlas.**



# Somos quienes somos, no quien los demas quieren que seamos



## ABNEGACIÓN, MUJER Y AUTOVALORACIÓN

“

*La percepción de las mujeres como personas cuya importancia esencial es el cuidado que aportan a otros, empaña la importancia genuina y natural de la persona por el hecho de ser persona.*

[WWW.PSICOLOGIAYCRIANZA.COM](http://WWW.PSICOLOGIAYCRIANZA.COM)

”

# Autoaceptación y Autovaloración

Somos todos imperfectos. Hay partes de nosotros que no nos gustan. ¿Y qué? ¿Es que sólo puede amarse lo que es perfecto?



# LA AUTOESTIMA

- La **autoestima** es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser y de comportarnos, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter. En resumen, es la percepción evaluativa de uno mismo.
- La importancia de la autoestima estriba en que concierne a nuestro ser, a nuestra manera de ser y al sentido de nuestra valía personal. Por lo tanto, puede afectar a nuestra manera de estar y actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás. Nada en nuestra manera de pensar, de sentir, de decidir y de actuar escapa a la influencia de la autoestima.



# Ticket de Salida

Me respeto y me valoro porque...

