



Esencial

Daniel Aceves Villagrán
danielacevesv@yahoo.com.mx

Grupoestima

• La autoestima está relacionada con muchas formas de conducta, quienes la tienen de carácter elevado suelen reportar menos emociones agresivas.

La autoestima es un conjunto de fenómenos cognitivos y emocionales que concretan la actitud hacia uno mismo, es decir, la forma en que toda persona se juzga. De acuerdo con el doctor en Psicología **Matthew McKay**, la autoestima positiva constituye una condición básica para la estabilidad emocional, el equilibrio personal y la salud mental del ser humano.

Hay otras definiciones que indican que la autoestima es un aspecto fundamental de la personalidad, del logro de la identidad y de la adaptación a la sociedad, los sentimientos positivos o negativos acerca de nosotros mismos e incluye la capacidad que tienen las personas para valorarse y aceptarse, siendo así percepción de la valoración de uno mismo, otros dicen que es el amor que cada persona se tiene a sí mismo.



La autoestima está relacionada con muchas formas de conducta, quienes la tienen de carácter elevado suelen reportar menos emociones agresivas y menor depresión que las que tienen esta característica baja.

En la historia de la humanidad han habido diversos criterios para valorarnos como seres humanos, en la antigüedad valoraban si los ideales de armonía y moderación contribuían al orden social y así eran considerados como personas de alta estima, en otros momentos, los romanos daban esta condición de autoestima a quienes manifestaban su patriotismo y valor; los cristianos, con relación al amor de Dios, los budistas por liberarse de todo deseo, los hinduistas por su reverencia a todos los seres vivos; los musulmanes por respetar la ley, la tradición y el honor; los liberales valoran el amor del hombre y las buenas

obras; los conservadores, la industria y el respeto de la tradición, y así en cada etapa son diferentes las valoraciones basadas en logros materiales, académicos, sociales y de diversa índole.



En la infancia es el periodo en donde se desarrolla la autoestima, comparándose el yo real con su yo ideal y se juzga a sí mismo por la manera en que se alcanzan los

En la infancia es el periodo en donde se desarrolla la autoestima, comparándose el yo real con su yo ideal.



Consulte más textos del autor al escanear el QR.

modelos sociales y las expectativas que se han ido formando, los patrones de conducta van siempre dirigidos al concepto que tenemos de nuestra valía y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que, sobre nosotros mismos, hemos ido recogiendo durante nuestra existencia, de qué tan altos y qué tanto nos gustamos a nosotros mismos, es algo que va marcando, de acuerdo con el autor **Mauro Rodríguez**, los diversos componentes sobre el autoconcepto, el autorrespeto y el autoconocimiento.

Si bien no existe un concepto como tal refiriéndose al grupoestima, puedo imaginar que llevado a un terreno colectivo y simplificando conceptos sería el conocer cómo nos vemos como grupo, como colectivo y como

ente que puede partir del núcleo familiar, y se puede trasladar a un enfoque social de carácter temático.



Los valores constituyen la estructura del pensamiento, con ellos cada persona diferencia lo que es correcto e incorrecto, un firme sistema de valores ayudaría a que conformáramos un ente colectivo inteligente con una solvente autoestima.