



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
ESCUELA SUPERIOR DE CÓMPUTO



-----**Liderazgo y Desarrollo Profesional**-----

ACTIVIDAD

Autoestima

PROFESOR:

Sandra Mercedes Pérez Vera

ALUMNO:

Meza Vargas Brandon David - 2020630288

GRUPO:

4CM11

Resultado del test de autoestima

Tu nivel de autoestima es MEDIO

La autoestima es la valoración que hacemos sobre nosotros mismos, respondiendo a la pregunta *¿cómo soy yo?* incluyendo el carácter, la personalidad y las características físicas.

Dependiendo de cómo nos valoremos, nuestras empresas acabarán en éxito o fracaso. Si no estás seguro de lo que quieres, cómo y cuando lo quieres, puede que los contratiempos de la vida te hagan más daño que a alguien que sea muy seguro de sí mismo.

Este tipo de personas tienen una buena confianza en sí mismas, pero en ocasiones ésta puede llegar a ceder. Son personas que intentan mantenerse fuertes con respecto a los demás aunque en su interior están sufriendo. Aquellos que posean ésta forma de ser viven de una forma relativamente dependientes de los demás, es decir, si ven que el resto les apoyan en alguna acción su autoestima crecerá pero, por el contrario, cualquier error que alguien le eche en cara servirá para que su confianza decaiga. Estos vaivenes no muy acusados en los que se encuentran este tipo de personas pueden controlarse con un poco de racionalidad a la hora de enfrentarse a los retos, sobretodo los retos profesionales. En cuanto al amor, lo mejor es no exagerar los fracasos y acordarse y disfrutar de los éxitos.