

Impacto de la autoestima en el entorno laboral

Ana María Rey de Castro Laemmli

Las manifestaciones

**¿Cómo se nota que
una persona tiene
una buena
autoestima?**



La autoestima permite vivir en la autenticidad...

- dar **su** opinión

- respetar las distintas opiniones

- decidir de acuerdo a los propios valores

- asumir las propias opciones

- creer en uno mismo

- tomar el propio lugar

- comprometerse



Qué quiere decir?

Se trata entonces de **AFIRMARSE...**



Para poder afirmarse, hay que estar en contacto con sus **recursos internos**

➔ *Desarrollar y tomar conciencia de la riqueza del cofre del tesoro*

¿Qué hay en el cofre?

Autoestima



La **confianza** en sí

El **orgullo** - autoconocimiento, identidad

El sentido de **pertenencia**

La **competencia**

Autoestima = cofre de herramientas (recursos), cofre de tesoros...



♥ de confianza

♥ de pertenencia

♥ identidad
(autoconocimiento)

♥ de competencia

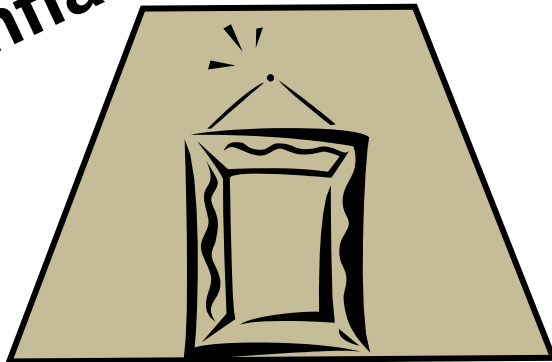
identidad



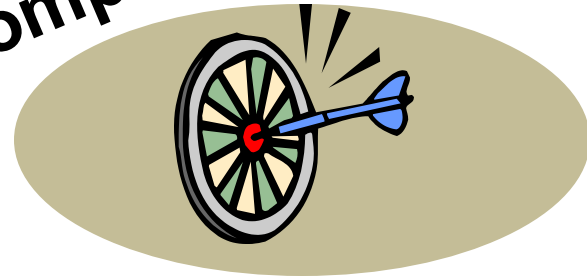
pertenencia

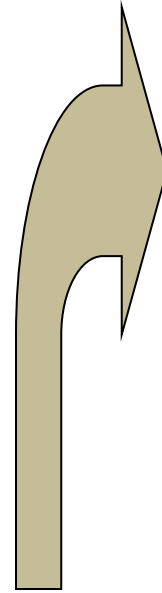
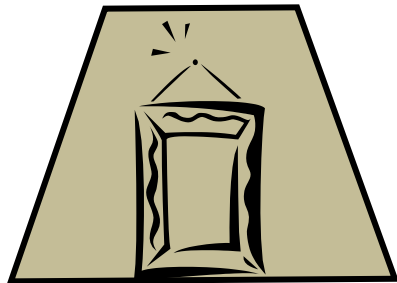
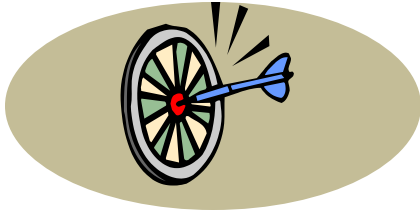


confianza



competencia





= **impacto**

en el

JUICIO

que hago sobre
mí mismo

¿Juicio?



¿Es la autoestima, **un juicio** ?

Estimar: evaluar – juzgar – valorar



La mirada que tengo sobre mí

➔ **VERSE**



El diálogo interior sobre mí

➔ **ESCUCHARSE**



Qué sentimiento me dedico

➔ **APRECIARSE**

➔ **QUERERSE**

¿Qué **VALOR** me reconozco ?

DEFINICIÓN:

La Autoestima
es la **CONCIENCA** del
VALOR personal global

- * fuerzas
- * límites

**Los
límites
también
???**



AUTOESTIMA = **EQUILIBRIO**

entre

la depresión

el narcisismo

y



Autoestima = **conciencia del propio valor personal global** (fuerzas y límites) :



En diferentes planos de la personalidad:

- físicos
- psicológicos
- intelectuales
- sociales
- ...



En los diferentes roles que uno está llamado a desempeñar :

- como aprendiz, trabajador, jubilado
- como miembro de una familia, de un grupo
- como amigo, cónyugue, pariente...
- ...



La autoestima es la conciencia adquirida - a través de los años – del propio valor personal, de las fuerzas, cualidades y habilidades que permiten a una persona vivir en armonía consigo misma y con los demás.



La autoestima es una reserva de fuerzas que ayudan a superar pruebas y a administrar el stress.

Es un pasaporte para la vida !

Autoestima

Conciencia del valor global

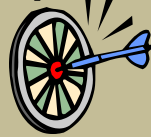


se manifiesta en

LA AFIRMACIÓN DE SÍ MISMO

Ser capaz de tener éxitos y un valor en los diferentes roles

Competencia



Identidad



Reconocerse un valor personal

Pertenencia



Reconocerse un valor social

Confianza en sí



Las consecuencias positivas de la autoestima en la organización



La primera consecuencia positiva de la autoestima, es el fortalecimiento de la **capacidad para crear cosas nuevas.**

Hay también otras que son muy importantes para la organización.

Las consecuencias positivas de la autoestima en la organización



- **un mejor discernimiento:** hacer el balance entre lo que viene de uno y lo que viene del otro, lo que viene de la empresa y lo que viene del mercado, lo que se refiere a un comportamiento puntual o lo que que concierne a una identidad profunda.

Las consecuencias positivas de la autoestima en la organización



- **menor confusión** : por ejemplo, el lanzamiento decepcionante de un nuevo producto no significa que la empresa sea mala y sus empleados incapaces; igualmente, que las particularidades de cada persona van a poder expresarse sin ser asfixiadas o niveladas por miedo a la diferencia.

Las consecuencias positivas de la autoestima en la organización



- **mayor independencia:** sentirse menos bajo el foco de la mirada del otro, o del juicio de los demás (colegas, pero también consumidores, competidores, el mercado) para proponer una idea, lanzar una iniciativa, poner en marcha un proyecto.
- **el fin de la fusión que liga la iniciativa personal al consentimiento del otro.**

Las consecuencias positivas de la autoestima en la organización



- **un poco más de desprendimiento y de humor:** relativizar los conflictos internos y los propios fracasos es vital para que un equipo pueda proyectarse con serenidad y confianza hacia el futuro.

Las consecuencias positivas de la autoestima en la organización



- **una mayor audacia:** antes que rehacer lo que ya ha sido hecho o lo que el mercado esperaría, atreverse a una nueva manera de ver las cosas, de pensar, de producir.

Las consecuencias positivas de la autoestima en la organización



- **una mejor comunicación:** a partir del momento en que las emociones, las vivencias, las convicciones de cada uno son aceptadas e incluso valorizadas, la comunicación (primero interna) se hace más libre y más rica.

Ejercicio de auto-evaluación



En la hoja que les ha sido entregada



Agradece su atención
y les desea el mejor éxito
en el mejoramiento de sus habilidades.