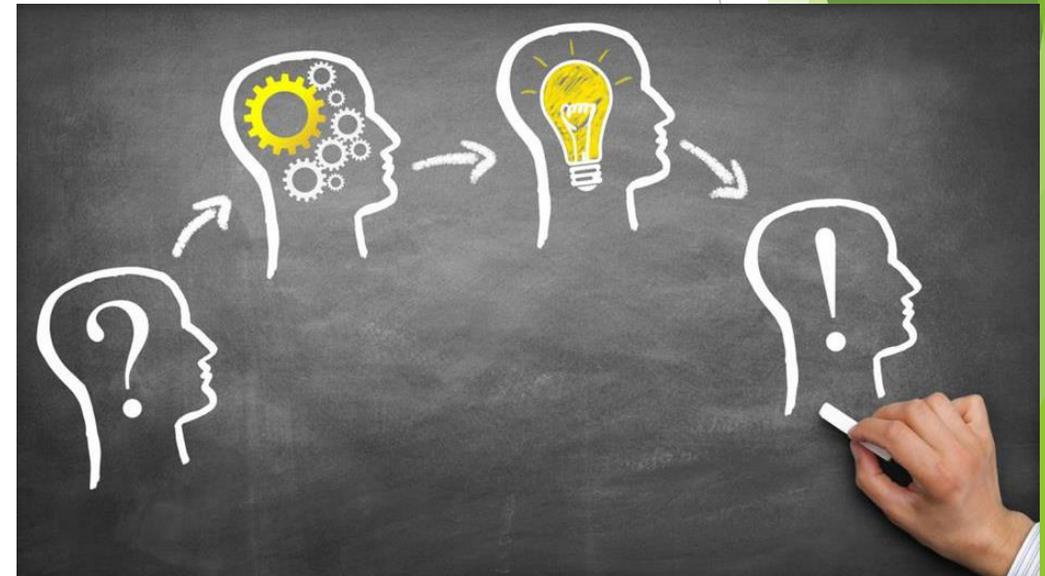


# Rogers: Teoría centrada en la persona

Concibe al ser humano desde una perspectiva positiva:  
“el hombre es bueno y saludable por naturaleza”.

Ser humano se encuentra en constante cambio y se debe adaptar a las circunstancias en las que vive, esta adaptación depende de la capacidad que tenga de aprender de las experiencias que ha tenido; también menciona que esta capacidad de adaptación es parte del ser humano, ya esta cualidad la denominó tendencia actualizante.

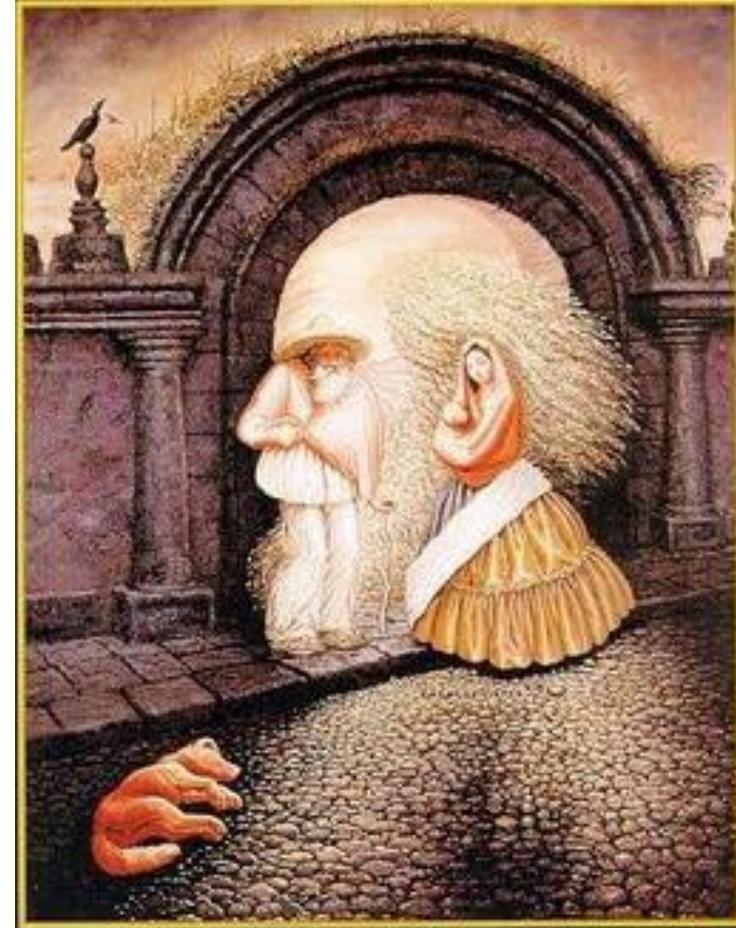


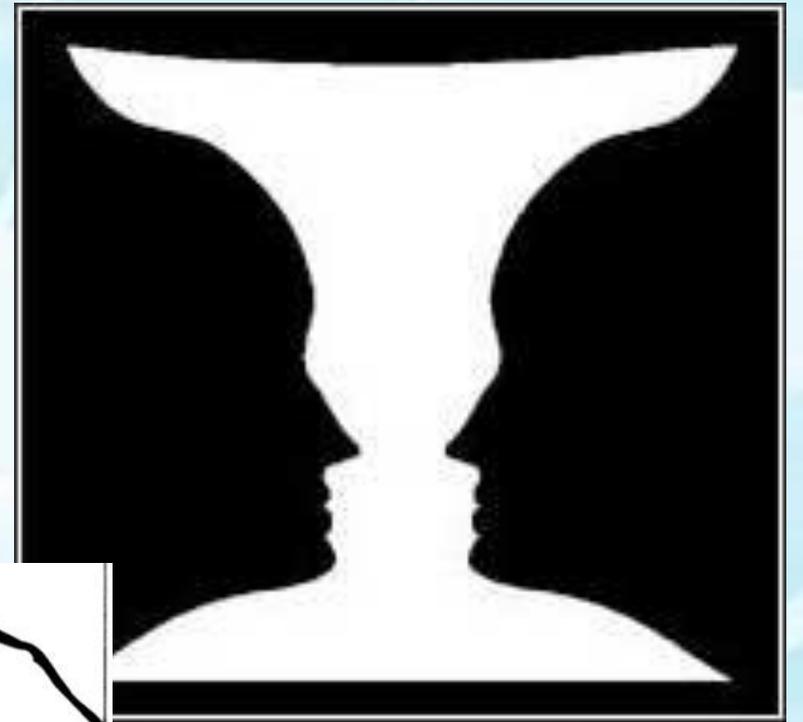
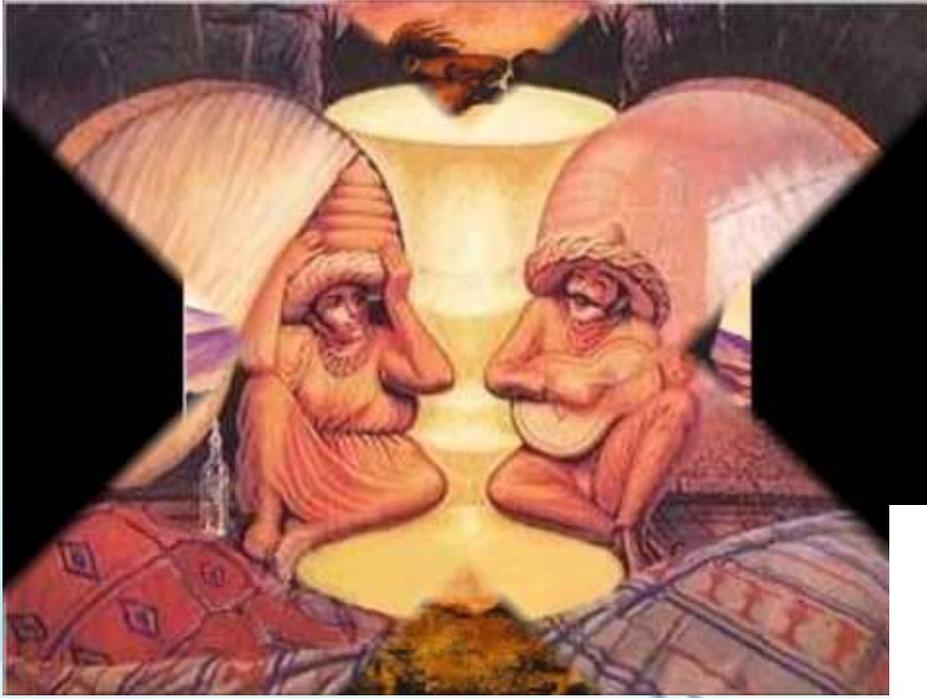
# Teoría Gestalt

Se refiere a como el ser humano percibe las figuras, palabras o representaciones que dan entender un mensaje, esto significa en como se percibe en la mente los objetos conocidos en la vida diaria.

El ser humano utiliza la percepción, en el proceso del aprendizaje. Nuestro cerebro decodifica la información que recibimos a través de diversas asociaciones que producen en el momento de la percepción.

El vocablo Gestalt se ha traducido de muy diversas maneras: configuración, forma, figura, entre otras.



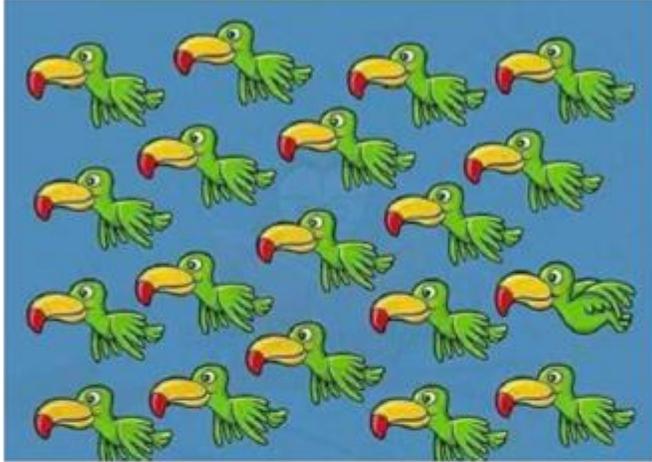


# FORMA

La palabra forma es el sinónimo que más se asemeja a la palabra alemana Gestalt expresaría su significado como "la experiencia tal y como se le da al observador de un modo directo.



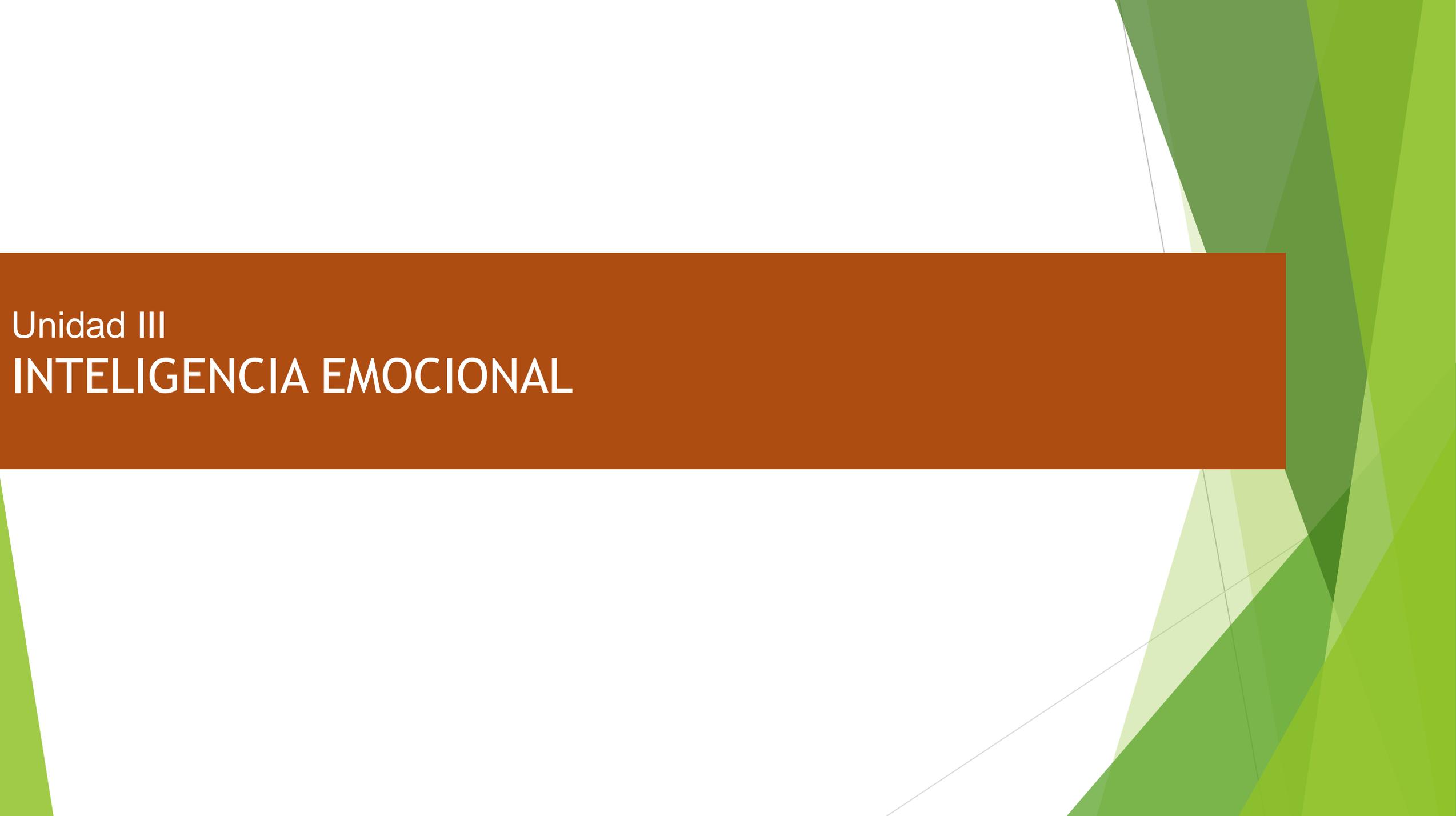
# LEYES DE LA GESTALT



- 1** Cuanto mayor es la semejanza cualitativa entre procesos que se dan en un campo visual, tanto mayor es la fuerza cohesiva entre ellos.



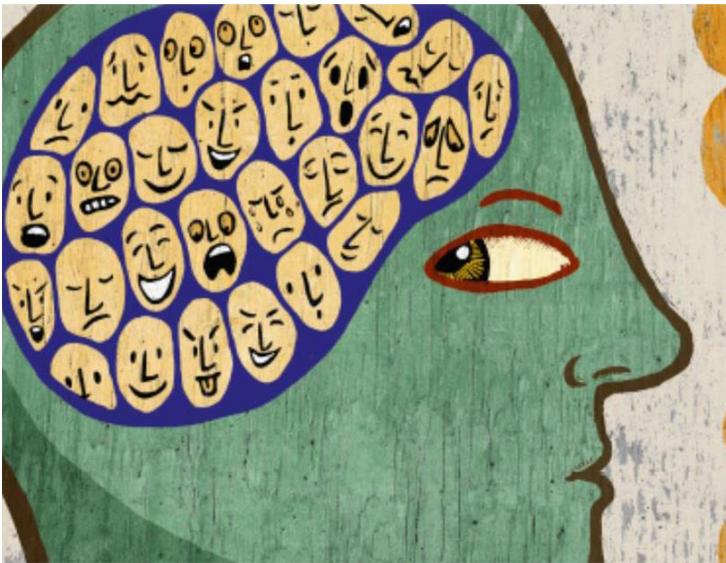
- 2** Cuanto menor es la semejanza intensiva entre procesos, tanto mayor es la fuerza cohesiva entre ellos.



Unidad III  
**INTELIGENCIA EMOCIONAL**

# CONCEPTO

Capacidad para reconocer, comprender, y regular nuestras emociones y las de los demás.



✓ **CONTROLA** sus emociones.

✓ **CONOCE** fortalezas y debilidades propias.

✓ Sabe cuando decir **NO**.

✓ No teme al **CAMBIO**.

✓ **EXPRESA** sus sentimientos de forma clara.



✓ Esta **AUTOMOTIVADA**.

✓ **FINALIZA** lo que se propone.

✓ **EQUILIBRA** su vida social y laboral.

✓ No se concentran en **ERRORES PASADOS**.

✓ Son **EMPÁTICAS**.

# COMPONENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

## Consciencia emocional

Ser consciente de nuestros estados de ánimo, y los pensamientos que tenemos

## Autocontrol emocional

Manejar las emociones de forma apropiada, teniendo buenas estrategias de afrontamiento a situaciones estresantes, y autogenerarse emociones positivas.

## Competencia social

Mantener buenas relaciones con otras personas, lo que implica habilidades sociales, capacidad de comunicación, empatía, respeto, asertividad

## Competencia para la vida y el bienestar

Afrontar satisfactoriamente los desafíos de la vida, adoptando comportamientos apropiados y responsables.



# CARACTERISTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

- A. El control de impulsos
- B. Expresan sus sentimientos y emociones de forma adecuada
- C. Reconocen y consideran los sentimientos y emociones de los demás
- D. Toma decisiones adecuadas (racional y sentimental)
- E. La motivación
- F. El entusiasmo
- G. La empatía



# COMUNICACIÓN EMOCIONAL

Es la correcta transmisión de nuestras emociones y sentimientos a otras personas.

Razones para aprender a comunicarse emocionalmente.

- I. Evitar conflictos y discusiones.
- II. Permite que el otro nos conozca más.
- III. La persona con la que hablamos será más honesta y confiable.
- IV. Justificaremos nuestros actos, ya que podremos explicar lo que hicimos.



# LIDERAZGO

Capacidad de influencia social, que maximiza los esfuerzos de los demás hacia el logro de una meta.

## **Características.**

- Alta capacidad de interrelación.
- Inteligencia emocional (empático y simpático).
- Resuelve problemas con tanto, satisfaciendo a ambas partes.
- Motiva a los demás.
- Es entusiasta, encienden pasiones e inspiran a los demás.



# EL SÍ MISMO

Es la eterna pregunta al quién soy, cómo soy, y la aceptación a la respuesta, es decir, lo que soy y lo que no soy.

## **Sí mismo material**

Se deriva de la conciencia del cuerpo, del ambiente y de los bienes del individuo.

## **Sí mismo social**

Constituido por las percepciones que uno supone que los otros tienen de él, y por las normas y valores sociales.

## **Sí mismo espiritual**

Autoconocimiento que cada uno tiene de sí y de su propia existencia.



# LA AUTOESTIMA

Es un juicio positivo sobre uno mismo, al haber logrado un análisis realista de los aspectos físicos, psicológicos y sociales.

Es un grado de estimación, dignidad y confianza que cada persona tiene sobre si misma, formada durante la infancia.



# COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA

## **AUTOIMAGEN:**

Es la forma en qué nos percibimos de nosotros mismos, las ideas que tenemos sobre los que somos.



## **AUTOCONCEPTO:**

Son las palabras, definiciones que usamos para describirnos y referirnos a nosotros mismos, así como la descripción de nuestras características personales.



Unidad IV  
**PERSONALIDAD SALUDABLE**

# AMOR

“Unión con alguien, fuera de uno mismo, bajo la condición de conservar la autonomía e integridad propias”

Implica compartir e intercambiar ideas con otra persona, pero deja libertad para conservar nuestra identidad y autonomía, permite a la persona satisfacer su necesidad de vínculos sin renunciar a su integridad e independencia. En el amor, dos personas se hacen una, pero siguen siendo dos



# Teoría triangular del Amor (Robert Sternberg)

Los tres elementos o componentes del amor (erótico) son:

- **Intimidad:** elemento emocional que incluye la autor revelación, lo que lleva al vínculo, la calidez y la confianza.
- **Pasión:** elemento motivacional, se basa en impulsos que se traducen en estimulación y deseo sexual.
- **Compromiso:** elementos cognoscitivo, es la decisión de amar y quedarse con el ser amado y los roles que implican



## Ejemplo de amor tipo gusto (matrimonio por conveniencia)



# Problemas relacionados con la infatuación

## Hipersexualización

Resaltar la belleza y exhibicionismo del cuerpo (físico) como lo más importante del ser humano por encima de otras.

## Precocidad sexual

Inicio de relaciones sexuales a edad muy tempranas infancia.

## Promiscuidad sexual

Múltiples parejas con los que se ha tenido relaciones sexuales.

## SEXISMO

Es una forma de discriminación de un sexo por considerarlo inferior al otro. Tanto los hombres como las mujeres pueden hacer uso de comportamientos sexistas; sin embargo, quienes son históricamente discriminadas son las mujeres. Son actitudes que favorecen y perpetúan la desigualdad y la jerarquización en el trato que reciben las personas y que se hace sobre la base de la diferenciación sexual



Rumbos

27 jun a las 7:31 p. m. •

La conductora de Canal 26 sorprendió nuevamente con su look sensual para salir al aire.



RUMBOS

Romina Malaspina volvió a apostar a un top para conducir el noticiero

# Ejemplos de hipersexualización



## ¡Adiós a los concursos de belleza en México!

- La propuesta de **Ley General de Acceso a las Mujeres a una Vida Libre de Violencia** que se discute en Cámara de Diputados puede cerrar para siempre la organización de concursos de belleza...
- La idea es que estos certámenes cosifican a las mujeres, reproducen estereotipos, exponen a trata de personas, vulneran derechos de la niñez (como en mini belleza latina) y se pagan con recursos públicos...
- El argumento para preservarlos es que no solo se premia la belleza física, sino que se busca la "belleza integral", incluyendo lo intelectual, además de que "aportan al turismo y al entretenimiento"...
- ¿Podemos encontrar otro modo de entender la belleza y de promover el turismo y el entretenimiento? Nosotrxs creemos que sí...

SERVICIO TÉCNICO  
24 Horas  
7 Días

**Gutierrez**  
Publicidad · 🌐

TV + Internet disponible: Desde \$385  
✅ Tuxtla Gutiérrez... Ver más



**INTERNET + TELEVISIÓN**  
INALÁMBRICO

DESDE **\$385** AL MES

COMBOS

VeTV

MARIA LEÓN

MESENGER  
**WhatsApp 9612475167**

ENVIAR MENSAJE

👍 2

1 comentario

👍 Me gusta    💬 Comentar    ➦ Compartir

# HIPERSEXUALIZACIÓN<sup>TRIAL</sup>

- Canciones hipersexualizados.
- Publicidad y anuncios hipersexualizados. “El sexo vende”.
- Niños hipersexualizados en los atuendos y entretenimiento visual.
- Programas televisivos hipersexualizados.

# SEXISMO

-Frasas sexistas: “detrás de un gran hombre hay una gran mujer”, “las mujeres no saben manejar”.

-Actos sociales sexistas: las mujeres tienen un sueldo inferior que los varones estando en el mismo puesto.

La infidelidad es alabado en hombre y en mujeres denigrante.

-Lenguaje incluyente: referenciar a mujeres y varones por aparte. Los apellidos y nombre son individuales no propiedad de nadie

# EROTISMO

El erotismo es una experiencia subjetiva de carácter sexual que se da entre dos personas, sucede previo al acto sexual, durante el acto sexual y después de ella. Se trata de seducción, fantasía, juegos, implica involucrar emociones y sentimientos como los abrazos, besos, caricias, gestos, palabras y en general de comportamientos que potencializan el deseo sexual, pudiendo o no llegar al acto sexual.



## DIFERENCIA ENTRE MUJER Y HOMBRE.

Por ejemplo, en el caso del hombre, la imagen de una mujer desnuda despierta sus deseos y lo excita (sensorial), mientras que una mujer se apasiona en situaciones en las que exista una implicación emocional, ternura, caricias, amor (afectivo)

# EROTISMO DIFERENTE

## EROTISMO EN LA MUJER

- 1.- Involucra emociones y sentimientos en las relaciones sexuales.
- 2.- Antes de tener relaciones sexuales gusta de platicar y convivir.
- 3.- Controla sus impulsos sexuales, es decir detiene su libido, primero seduce y enamora

## EROTISMO EN EL HOMBRE

- 1.- Regularmente no involucra sentimientos y emociones, esto es lo último que tomaría en cuenta, es decir, prefiere inicialmente tener relaciones sexuales antes de conocer a la persona.
- 2.- Sus deseos son inmediatos, desea tener relaciones sexuales sin nada ceremonial.
- 3.- No controla sus impulsos, solo desea cumplir sus deseos sexuales