



Nombre de la alumna: Brenda Guadalupe Velasco Gutiérrez

Nombre del profesor: Lic. Mónica Lisseth Quevedo Pérez

Nombre del trabajo: Mapas conceptuales

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6° Semestre

Grado: A

Pichucalco, Chiapas a 19 de julio del 2020.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Que es

Capacidades y habilidades psicológicas que implican el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas.

2 tipos

- *inteligencia interpersonal
- *inteligencia intrapersonal

elementos

- *la empatía
- *capacidad de motivación
- *la autoconciencia
- *el liderazgo
- *autoconocimiento

Personas con inteligencia

- reconocen y manejan las emociones
- mayor capacidad de relación con los demás
- utiliza las criticas como algo positivo
- tiene cualidades necesarias para hacer frente a las adversidades.

AUTOESTIMA

Que es

es la percepción que tenemos de nosotras mismas. Abarca todos los aspectos de la vida, desde lo físico hasta el interior.

Lo positivo o negativo con lo que hayamos contado en desde nuestros primeros pasos va hacer fundamental para nuestro estado emocional.

bases

- *universo social y material que te rodea.
- *creencias negativas.
- *teoría que has elaborado sobre ti mismo.

tipos

- autoestima alta
- autoestima media
- autoestima baja

características

- > no es innata
- > se desarrolla a lo largo de la vida
- > podemos modificarla
- > esta influenciada por el contexto