



Nombre Del Alumno.

DIANA SAURY VELAZQUEZ LOPEZ

Nombre Del Profesor:

MONICA LISSEHT QUEVEDO PEREZ

Nombre Del Trabajo:

MAPA CONCEPTUAL

Materia:

DESARROLLO HUMANO

Cuatrimestre:

6TO

Grupo:

“A”

Licenciatura:

Psicología General

PASIÓN POR EDUCAR

PICHUCALCO CHIAPAS 18 DE JULIO DEL 2020

ñ

INTELIGENCIA EMOCIONAL

ES UN CONSTRUCTO QUE NOS AYUDA A ENTENDER QUE MANERA
PODEMOS INFLUIR DE UN MODO ADAPTIVO E INTELIGENMTE SOBRE
NUESTRAS EMOCIONES.

ESTA COMPUESTA POR
UNA SERIE DE
HABILIDADES QUE TE
PERMITEN TENER ESE
AUTOCONTROL DE
NUESTRAS POPIAS
EMOCIONES.

LA CAPACIAD DE
INDENTIFICAR
COMPRENDER Y
MANEJAR LAS
EMOCIONES

NOS SIRVEN PARA
MANEJAR
ADECUADAMENTE LAS
EMOCIONES

NOS AYUDA A TENER RELACIONES
ESTABLES DURADERAS, EVITAS
CONFLICTOS INNECESARIOS Y
MANTIENE EN PAZ Y SEGURO DE
UNO MISMO

Logamos nuestras metas con
mayor facilidad aprendemos de
nuestros errores y no volver a
cometerlos para tener una vida
más estable.

autoestima

Es un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamientos dirigido a uno mismo

hacia nuestra manera de ser hacia los rasgo de nuestro cuerpo y nuestros carácter es la manera de aprecio que nos tenemos aunó mismo amor propio.

Amor propio confianza el aprecio suficiente, respeto así nosotros mismo.

Existen 9 tipo de autoestima
Alta estable inestable baja inflada

A valorar como personas a tener una actitud positiva sentirnos mucho mejor con nosotros mismo y a poder conseguir lo que queremos.

La persona que tiene baja la autoestima siempre son más indecisos Tienen dificultad para tomar decisión o miedo a equivocarse y por supuesto no tiene la seguridad en su persona .