

## LICENCIATURA EN ENFERMERIA

PRESENTA: KARLA ROCIO DE LOS ANGELES GARCIA  
HERNANDEZ

CUATRIMESTRE: 6°

MATERIA: DESARROLLO HUMANO

NOMBRE DEL TRABAJO: CUADRO SINOPTICO (UNIDAD III)

FECHA DE ENTREGA: 22/07/2020

CATEDRÁTICO: MASS. LUCIA GUADALUPE MARTINEZ GOMEZ



UNIDAD 3

Inteligencia emocional:  
(inteligencia lingüística, inteligencia lógica, inteligencia musical, inteligencia visual-espacial, inteligencia kinestésica, inteligencia interpersonal, inteligencia intrapersonal).

Capacidades y habilidades psicológicas.  
Dirigir y equilibrar las emociones

Comunicación emocional:  
Transmisión de nuestras emociones a otras personas  
Incorporando a nuestro mensaje y comunicación no verbal

Liderazgo:  
Conocerse, empatía, saber comunicarse, desarrollar capacidad de escuchar de forma activa(líder)

Afectos: acción a una persona que demuestra su amor o cariño a otra o varias personas.

Empatía: empatía afectiva (sentir exactamente lo mismo que otra persona)  
empatía cognitiva (respuestas realmente prosociales).

Autoestima: percepción de nosotros mismos.  
Percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento

Actitud, componente cognitivo, componente afectivo, componente conductual.

Universo social y material que te rodea, creencias negativas, teoría elaborada sobre sí mismo.

Autoestima alta (satisfacción en la vida), autoestima media (inestabilidad o percepción media), autoestima baja (ineptitud, incapacidad, inseguridad y fracaso), autoestima inflada (superioridad, incapacidad de autocrítica).

Pilares de autoestima:  
Vivir conscientemente (Consiente, potencialidades, reflexiona, analiza, pondera y juzga)  
Auto aceptarse (Aceptación de los errores, potencialidades)  
Ser autor responsable (Reconocer que somos autores de lo que hacemos, etc.)

Tener autoafirmación (Trato digno con nosotros mismos)

Vivir con integridad (Principios de conducta, ser congruentes con lo que pensamos, decimos y actuamos)

Vivir con determinación (Asumir responsabilidad de identificación de metas y propósitos)

Sana autoestima (autocrítica, responsabilidad, respeto a hacia mí y propio valor como persona, límite de mis actos y el límite de los demás, autonomía.



BIBLIOGRAFIA:

Howard Gardner

Peter Salove y John Mayer

Maslow

Molina de olivares

Nathaniel Branden

DESARROLLO HUMANO

ANTOLOGIA LEN606 DESARROLLO HUMANO