



Universidad del sureste

Enfermería

Desarrollo humano

Mapa conceptual de la unidad 3

Carlos Enrique López Benítez

A miércoles 21 de julio de 2020

Chiapa de corzo, Chiapas.

Unidad 3

Inteligencia emocional

Autoestima

Capacidades y habilidades psicológicas

Guiar conductas

Percepción de nosotros mismos

Bases de la autoestima

Comprender emociones y saber conducir las

Relacionarnos con las demás personas

Se forma a lo largo de la vida y bajo la influencia de los demás tiene que ver desde el físico hasta el interior

Universo social y material que te rodea, creencias negativas y teorías que has elaborado sobre ti mismo

7 tipos de inteligencias

5 competencias principales

Conocimientos de las propias

Precisa de 4 componentes en su definición

Tipos de autoestima

Lingüística, lógica, musical, visual, kinestésica, interpersonal y intrapersonal

Capacidad de controlar las emociones

Es una actitud

Alta, media, baja y existe otra que es la autoestima inflada

Lo constituye la teoría de las inteligencias múltiples del doctor Howard Gardner

Capacidad de auto-motivarse

Tiene un componente cognitivo

Respeto a ti mismo

Capacidad de reconocimiento de las emociones de los demás

Tiene un componente afectivo

Nos permite ser lo que somos y actuar como se debe ante ello

Control de las relaciones

Tiene un componente conductual