



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CARERA.

CIENCIA DE LA EDUCACIÓN

6to CUATRIMESTRE

MATERIA:
DESARROLLO HUMANO

TRABAJO: SÍNTESIS

TITULO:

CONTACTO ÍNTIMO DE VIRGINIA SATIR

MAESTRA:
DULCE DE LOS ÁNGELES LÓPEZ VÁZQUEZ

PRESENTA:

SUSANA CAROLINA ÁLVAREZ PALE

FECHA:

31 DE JULIO DEL 2020

EN CONTACTO ÍNTIMO

En los conocimientos de Virginia Satir, que el contacto no significa abusar de los demás y vivir feliz eternamente sino que es el comportamiento honestamente y para compartir los éxitos y problemas humanamente, para que podemos expresar y fortalecer nuestro crecimiento del auto estima en cada uno de nosotros.

También hay que tomar en cuenta el diálogo interno y externo, el dialogo externo es lo que entendemos por contacto la mayoría de la veces.

Cuando tengamos una comunicación con personas hay que tener en cuenta que las dos personas estén frente a frente para tener una comunicación frecuente y sea eficaz a la comunicación, más cuando hay un problema entre parejas si damos la espalda a la otra persona no se resuelve nada.

la auto estima, es el centro de todo nuestro ser y es dispensable para vivir libremente. En el paso de la vida aprendemos mucho más para fortalecer la auto estima de uno mismo, pero sobre todo ser sinceros con nuestros sentimientos, sentir nuestros emociones y ser sinceros es lo esencial para hacer contacto.

Que no todo hacemos todo lo que nos digan sin experimentar nuestros propios experiencias también hay que arriesgamos para poder lograr lo que queremos obtener en la vida.

1.- ¿Cómo me siento con respecto a mí misma?

R. A mi persona me siento tranquila porque he aprendido a aceptarme tal como soy, y así como soy estoy feliz y orgullosa de mí mismo.

2.- ¿Cómo me doy a entender con los demás?

R. Solo ser uno mismo y tener una buena comunicación.

3.- ¿Qué es lo que hago con mis sentimientos?

R. Saber valorar lo que siento o lo que haga, sin importar lo que piensen otros por mis sentimientos.

¿Me pertenecen estos o los pongo en alguien más?

R. Saber cómo manejar la situación que estamos porque si me pertenece y a nadie más.

¿Actuó como si tuviera sentimiento que no tengo o como que tengo sentimientos que en realidad no existen?

R. A veces, siento que solo actuó por actuar, pero en realidad es lo que hago y lo que soy.

4.- ¿Cómo reacciono al hacer cosas que son nuevas y diferentes?

R. Siempre hay que arriesgar para poder adquirir nuevos conocimientos y dar un paso más.