

**DESARROLLO HUMANO**

**INTELIGENCIA EMOCIONAL**

**MAPA CONCEPTUAL**

**MTRO: BAYRON VIDAL CAMPOSECO**

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**ZABDI JAIR JIMÉNEZ PÉREZ**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**6to. Cuatrimestre “B”**

**Enfermería Semiescolarizado**

**Frontera Comalapa, Chiapas**

**06 de junio del 2020.**

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

el objetivo es

Desarrollar la capacidad de regular en los actos interpersonales, así como en los operacionales dentro del sistema profesional y personal en el que se desenvuelve

los subtemas son

## 3.4 AFECTOS.

aspecto constitutivo

de la

actividad humana expresado en los innumerables actos de la vida cotidiana

experiencia psicológica

es el

más elemental a la que se tiene acceso mediante introspección y constituye el núcleo central de la emoción

fenómenos afectivos

es decir

inclinación hacia una persona o cosa; unión, vínculo

a estímulos

afectivos o disposición para recibir experiencias y reacciones afectivas

desarrollo de la vida humana

el ser

humano sufre un proceso de maduración y desarrollo desde la infancia.

## 3.4.1 AUTOESTIMA.

El significado primordial

Es la confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad.

se desarrolla a partir de la interacción humana

mediante la

cual las personas se consideran importantes una para las otras

consiste en valorar y reconocer lo que uno/a es

se vive como un juicio positivo sobre uno mismo

Según Güell y Muñoz

la persona tiene la capacidad de establecer su propia identidad y atribuirse un valor y, a esa valoración se le llama autoestima

Santrock

la evaluación global de la dimensión de Yo o el, refleja la confianza global del individuo y la satisfacción de sí mismo

Molina en Olivares

Es una actitud, ya que contempla las formas habituales de pensar, actuar, amar y sentir de las personas para consigo mismas

## 3.4.2 RESPETO A SÍ MISMO

Decía el filósofo Pitágoras

Ante todo, respetaos a vosotros mismos".

El respeto a uno mismo

nos permite ser lo que somos y actuar en consonancia con ello, por lo tanto, nos da la posibilidad de reconocer lo que es constructivo para uno mismo

el plano físico

Se trata reconocer que nuestro cuerpo es valioso y parte fundamental de nuestra identidad, que nos diferencia exteriormente y de manera inmediata los otros y que es la puerta de entrada al respeto que queremos recibir y proyectar.

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

el objetivo es

Desarrollar la capacidad de regular en los actos interpersonales, así como en los operacionales dentro del sistema profesional y personal en el que se desenvuelve

los subtemas son

## 3.4.3 PILARES DE LA AUTOESTIMA.

los seis Pilares de la autoestima son

La práctica de vivir conscientemente

Es respetar la realidad sin evadirse no negarla, estar presente en lo que hacemos mientras lo hacemos

La práctica de aceptarse a sí mismo

No negar ni rechazar nuestros pensamientos, sentimientos y acciones, no podemos superar los sentimientos indeseables si no aceptamos que los tenemos.

La práctica de asumir la responsabilidad de uno mismo

Nuestras decisiones y nuestras acciones.  
La realización de nuestros deseos.  
La elección de nuestras compañías.  
De cómo tratamos a los demás en la familia, el trabajo, amistadas.  
Cómo tratamos nuestro cuerpo. Nuestra felicidad.

La práctica de la autoafirmación

Tratarnos a nosotros mismo con dignidad en nuestras relaciones con los demás

La práctica de vivir con propósito

asumir la responsabilidad de identificar nuestras metas y llevara cabo las acciones que nos permitan alcanzarlas y mantenernos firmes hasta llegar a ellas.

La práctica de la integridad persona

- Tener principios de conducta a los que nos mantengamos fieles en nuestras acciones.
- Ser congruentes con lo que pensamos, decimos y actuamos.
- Respetar nuestros compromisos y mantener nuestras promesas

## 3.4.4.-PROMOCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA

integra los siguientes factores

La autocrítica:

como un proceso que incluye el reconocimiento de los propios errores, el aceptarlos, saber perdonarlos y, por fin, superarlos, así como reconocer aquello que se hace bien

La responsabilidad

aceptar que la propia vida es consecuencia de las decisiones personales y salir del rol de víctimas, del papel secundario

El respeto hacia sí mismo y hacia el propio valor como persona

Para ejercer la igualdad primero hay que tener bien en claro que la propia valía, de que no se es menos que nadie y ese —nadie

El límite de los propios actos y el de los actos de los demás

relacionado con el respeto está la cuestión del principio que debe regir los actos y es el de no dañar al otro y el de no permitir que el otro nos dañe

La autonomía

como la búsqueda de espacios para la autorrealización y la independencia,

**DESARROLLO HUMANO**

**PERSONALIDAD SALUDABLE**

**MAPA CONCEPTUAL**

**MTRO: BAYRON VIDAL CAMPOSECO**

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**ZABDI JAIR JIMÉNEZ PÉREZ**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**6to. Cuatrimestre “B”**

**Enfermería Semiescolarizado**

**Frontera Comalapa, Chiapas**

**06 de junio del 2020.**

PERSONALIDAD SALUDABLE

el objetivo es

Expandir el conocimiento del estudiante sobre los fundamentos que justifican al amor, trascendencia y aspectos relacionados a la vitalidad sexual, a través de la dinámica intrapersonal estable, para que pueda crear sus propios caminos de introspección

los subtemas es

4.1 PERSONALIDAD SALUDABLE EN LAS DIFERENTES ÁREAS DE RELACIÓN DE LA PERSONA

Gordon Willard Allport

personalidad es la organización dinámica, en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característicos

reflejada en tres aspectos

AUTORREALIZACIÓN.  
SENTIDO DE DOMINIO.  
AUTONOMIA.

Myers, Sweeny y Witmer proponen cinco áreas

Escencia o espiritualidad.  
Trabajo y Ocio.  
Amistad.  
Amor.  
Autodominio

hombre es un ente Biopsicosocial

Autodominio y autoconocimiento.  
Responsabilidad de acciones.  
Correcta percepción y adaptación a la realidad.  
Madurez afectiva  
Estabilidad emocional.

Cultivo intelectual.  
Educación de la voluntad.  
Vivir con valores éticos.  
Elaboración de un proyecto existencial.  
Vida Espiritual