



Nombre de alumno: Fabiola Elizabeth Pérez Morales

Nombre del profesor: Javier Iván Godínez

Nombre del trabajo: Mapa Conceptual del 3.4-3.4.4

Materia: desarrollo humano

Grado: 6° cuatrimestre

Grupo: LPS19SDC0118-H

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de junio del 2020.

Inteligencia emocional.

Afectos.

Es

Conjunto de fenómenos afectivos socialmente compartidos y adaptados.

Incluye

- Sentimientos.
- Emociones.

Contribuye

- Desarrollo de la personalidad.
- Organizar el YO.
- Relaciones interpersonales.

Autoestima.

Es la

Percepción evaluativa de nosotros mismos.

Se desarrolla.

- Interacción humana.
- Logros.
- Reconocimientos.

Brinda.

- Confianza.
- Seguridad.
- Satisfacción.
- Equilibrio emocional.

Respeto a ti mismo.

Implica.

- Fidelidad propia.
- Valoración.
- Reconocimiento.
- Aceptación.
- Amor propio.

Permite.

Ser nosotros mismos.

La falta de respeto

- Tristeza.
- Apatía.
- Rabia.
- Frustración.

Pilares de la autoestima.

De acuerdo a

Nathaniel Branden

6 pilares.

- Autoconocimiento.
- Auto aceptación.
- Auto responsable.
- Autoafirmación.
- Auto propósito.
- Auto integridad.

Es decir.

- Ser consciente.
- Aceptación propia.
- Responsables de nuestros actos.
- Ser auténticos.
- Propósito de vida.
- Principios.

Promoción de una

Implica.

Aprendizaje integrativo de factores.

Como

- Autocrítica.
- Responsabilidad.
- Respeto propio.
- Límite de actos.
- Autonomía.

Según.

Branden

La autoestima puede aumentar o decrecer.

Molina en Olivares.

Significado complejo

4 componentes:

- Actitud.
- Cognitivo.
- Afectivo.
- Conductual.

Enrique rojas.

Es un.

Juicio positivo, basado en:

Elementos básicos:

1. Físico.
2. Psicológico.
3. Social.
4. Cultural

Branden

Configuración de la autoestima.

Factores internos

como

- Ideas.
- Creencias.
- Conductas

Factores externos

como

- Mensajes.
- Experiencias
- Cultura
- educación

Neurociencia (Caine)

- Cerebro social.
- Cerebro adaptativo.
- Atención focalizada.
- Aprendizaje para desarrollo.
- Búsqueda innata.