



Nombre de alumno:

Janeth López Gómez

Nombre del profesor:

Lic. Mónica Lisseth Quevedo

Nombre del trabajo:

Súper Nota

Unidad 3 Inteligencia emocional

Unidad 4 Personalidad Saludable

Materia:

Desarrollo Humano

Grado:

6to Cuatrimestre Lic. En Enfermería

Grupo:

Único

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Controlar

Percibir

Capacidad De

Asimilar

Comprender

Regular



Nuestras emociones



Emocional



Intelectual

Promoviendo un crecimiento

Implicada con

Manejo de las emociones

Contenido emocional





Las emociones influyen diferente y se reacciona a mismas situaciones de manera diferente



Auto conocerse emocionalmente

Autocontrol de las emociones

Automotivarse

CARACTERÍSTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Dominar nuestros sentimientos nos ayuda a que no rijan nuestra vida.

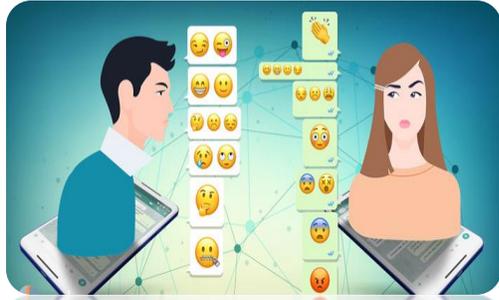
Optimismo e iniciativa.



Empatía y habilidades sociales



Importante y no juzgar e intentar comprender a la otra persona.



**COMUNICACIÓN
EMOCIONAL**

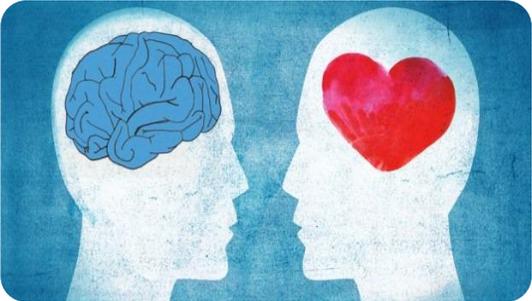
**Cuatro
razones**

Evitar conflictos y discusiones

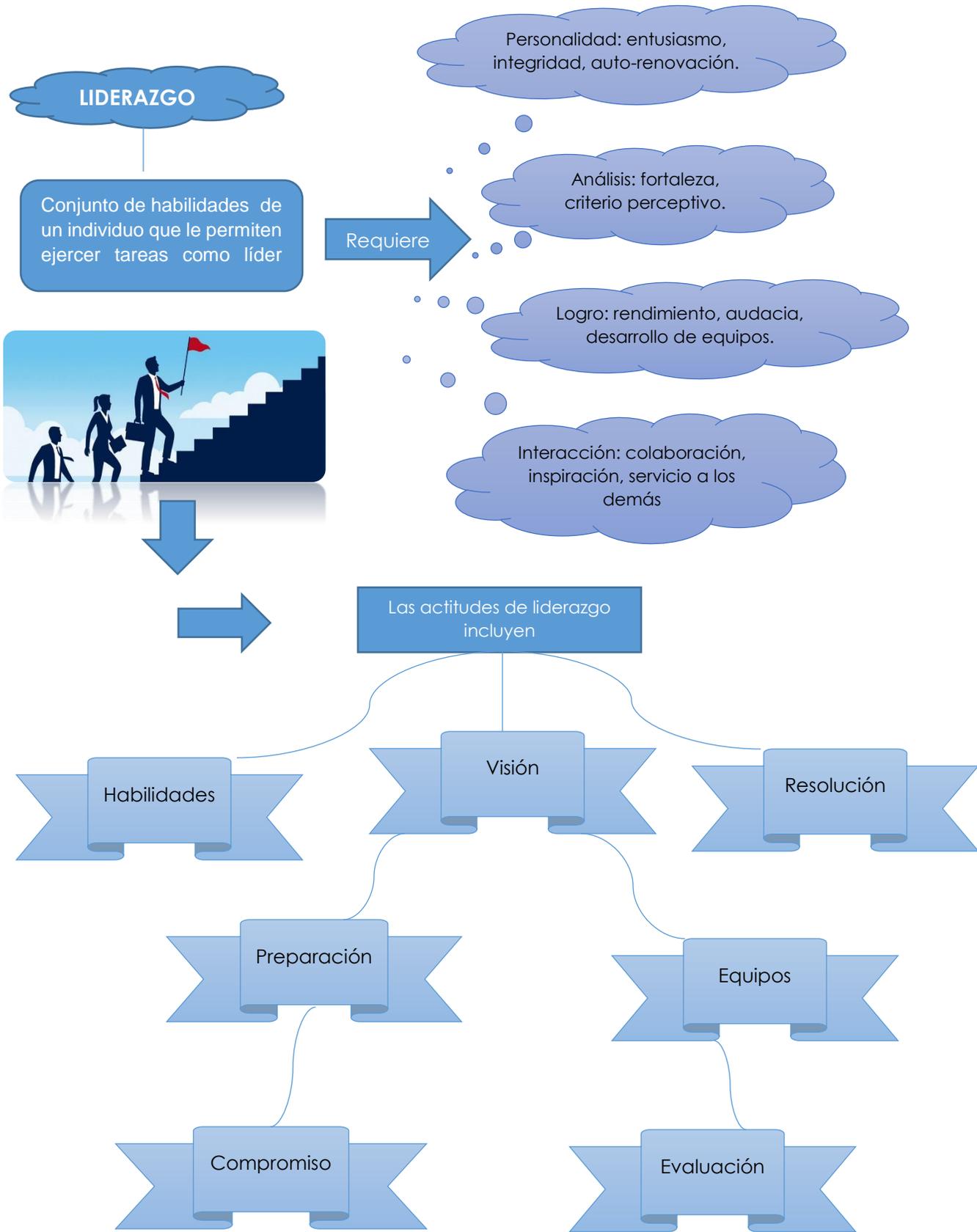


Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más.

La persona con la que estemos hablando se abrirá y sincerará más. la comunicación



Justificación de nuestros actos



AFECTO

Sentimiento en el que una persona siente simpatía por otra u otras

AUTOESTIMA

Valoración, percepción o juicio positivo o negativo que una persona hace de sí misma

RESPECTO A SI MISMO

Debemos reconocer nuestras necesidades y anhelos y satisfacerlos



Autoestima es...



Propósito

Integridad

Responsabilidad

PILARES DE LA AUTOESTIMA

Aceptación

Autoafirmación

Vivir de manera consciente

PROMCIÓN DE UNA SANA AUTOESTIMA

Vivir el presente
Visión positiva
Aceptar continuo desarrollo
Aceptación
Responsabilidad
Reconocer logros
Tener propósitos
Trabajar pensamientos

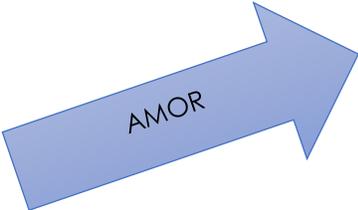


PERSONALIDAD SALUDABLE





AMOR, GENITALIDAD Y EROTISMO



Es uno de los valores más importantes. Es la fuerza que nos impulsa para hacer las cosas bien, tiene muy clara la diferencia entre el bien y el mal.



Hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los genitales masculinos y femeninos.



Deseo sexual por medio de nuestra imaginación, una fantasía o estimulación que se relaciona con el placer sexual, es una facilidad de seducción.



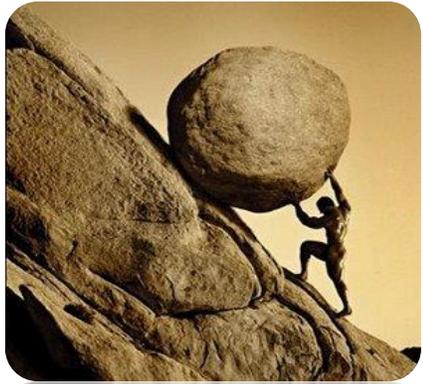


TRASCENDENCIA HUMANA

Aptitud que tiene el ser humano de decidir sobre sus acciones, de elegir la calidad que tenga su vida y de esforzarse en llegar a sus metas.

DESARROLLO HUMANO Y TRASCENDENCIA

La armonía entre la vida interna y la vida exterior, es la creencia en la vida humana de que cada uno de nosotros vino de algún lugar, y está destinado a algún lugar específico



CARACTERISTICAS DE LA PERSONA TRASCENDENTE

Propia y definida, consiente de su existencia,

Cumplir metas dentro de la sociedad,

Debe saber escuchar, ser motivacional y

Ejemplo para los demás



BIBLIOGRAFÍA

Daniel Goleman
Inteligencia emocional

David Wechsler
La influencia de factores no intelectivos sobre el comportamiento inteligente

Antología
Desarrollo Humano

E. Papalia Diane
La psicología del desarrollo