



Nombre de alumnos: López Acuña Ángel Tadeo

Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo

Nombre del trabajo: súper nota

Grado: 6to cuatrimestre

Grupo: "u"

Pichucalco, Chiapas a 9 de jun del 2021





Súper nota de la unidad 3 y 4
Inteligencia emocional y Personalidad
saludable



“La Inteligencia Emocional es el conocimiento de nuestras emociones”



“El liderazgo es el conjunto de habilidades gerenciales o directivas que un individuo tiene para influir en la forma de ser o actuar de las personas o en un grupo de trabajo determinado”



- Auto conocerse emocionalmente
- Autocontrol de las emociones
- Automotivarse
- Empatía y habilidades sociales

Características de la Inteligencia emocional

Liderazgo

Un liderazgo requiere:

- Personalidad: entusiasmo, integridad, auto-renovación.
- Análisis: fortaleza, criterio perceptivo.
- Logro: rendimiento, audacia, desarrollo de equipos.
- Interacción: colaboración, inspiración, servicio a los demás.

Inteligencia emocional



Comunicación emocional

“La comunicación es el acto de transmitir correctamente un mensaje entre, mínimo, dos personas”

IMPORTANCIA DE LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL

- Evitar conflictos y discusiones.
- Justificar nuestros actos
- Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más.



“Al hablar de nuestras emociones, podremos legitimar mejor lo que hagamos”

Afectos

El afecto o cariño es una "disposición o estado mental o corporal"



sentir afecto es diferente a amar a una persona, ya que la primera frase hace referencia a que la persona siente un grado de cariño o amistad por otra, mientras que la segunda tiene que ver con aquella persona que siente amor y se siente apasionada por otra, lo que podría causar que hiciera cualquier cosa por ella.



El amor se interpreta como un sentimiento relacionado con el afecto y el apego, y resultante y productor de una serie de actitudes, emociones y experiencias.



Todo el mundo ha experimentado alguna vez en su vida este fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con la persona amada.



Personalidad saludable



El erotismo es la exacerbación del deseo sexual por medio de la imaginación, la fantasía y/o la estimulación sensorial. Se identifica con el placer sexual.



El erotismo es un rasgo característico de los seres humanos por excelencia pues, a diferencia de otros animales, se aparean por placer y no solo con fines reproductivos. Así, el erotismo es independiente del instinto de reproducción sexual.



La trascendencia es 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, es también es la capacidad humana por la excelencia, es la aptitud que tiene el ser hombre de decidir sus acciones, de elegir la calidad de vida que desea y de esforzarse en llegar a sus metas



“La genitalidad es un concepto parcial de la sexualidad, no son lo mismo, sin embargo, se entrelazan”



La genitalidad hace referencia al aspecto más corporal de la sexualidad, centrándose en los genitales (masculinos y femeninos). Es un concepto parcial del sexo del individuo y de su conducta sexual, reduciendo ambos conceptos al aspecto anatómico fisiológico de los órganos genitales o reproductores.



Bibliografía.

- Herrera Garnica, Gloria Rebeca de Fátima; Desarrollo humano; Pearson, 2013
- Huerta Pérez, Isidro; Cimientos para el desarrollo personal; Octavio Antonio Colmenares Vargas, 2011.
- Suarez Pérez, Claudia Angelina; Desarrollo humano 3: La adolescencia; Trillas,2011.
- Sacasa, María del Carmen; Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo México; PNUD,2012.
- Erotismo y sexualidad; publicado en 2013; Enlace:<http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/collect/ar/ar010/index/assoc/D10142.dir/Schaufler.pdf>
- Desarrollo de liderazgo, National Minorita Aids Council; Enlace: <https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/desarrollo-de-liderazgo.pdf>