Nombre de alumno: Samuel Jiménez Hernández

Nombre del profesor: Javier Iván Godínez

Nombre del trabajo: Mapa conceptual

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6

Grupo: a

Comitán de Domínguez Chiapas a 06 de julio de 2021.

UNIDAD III

son

Conceptos clave para comprender el rumbo de la spsicologia, es un constructo que nos ayuda a entender de qué manera podemos influir de un modo adaptativo e inteligente tanto sobre nuestras emociones como en nuestra interpretación de los estados emocionales de los demás

comprende los siguientes

CARACTERISTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

Origen del termino

Surge como un consepto en Harvard Daniel Goleman en el año 1995 dice que implica habilidades o destrezas matemáticas alfabetismo emocional, empatía, artes sociales

La inteligencia tradicional

Es una capasidad de la persona donde se mide por coheficiente intelectual, pues esto depende su capasidad endemica

Las capasidades emocionales adquiridas

Es una nueva concepción mediante la experiencia no porque sea la inteligencia pura si no es algo que se aprende a lo largo de toda la vida

Reconocimiento y dominio de emociones

Es una cualidad de la persona que reconoce las propias emociones y dominarlas, la cual es capaz de reconocer mas haya de las palabras

Flexibilidad y adaptabilidad

Es una capasidad donde la persona tiene el control de las emociones y tiene un alto flexibilidad y adaptabilidad.

Empatia

Es parte de la inteligencia emocional donde la persona vivencia lo que la otra persona siente, y tiene habilidad para resolver una situacion determinada

Educación de las emociones

Seguna la inteligencia emocional es posible reeducar aquellas emociones dañinas y transformarlos en sentimientos positivos que ayuden a cada persona en su vida

Solidaridad con otros

El individuo que tiene inteligencia emocional tendrá el sentimiento de la solidaridad desde lo emocional, la contención o la palabra que otra persona necesita

Acertividad

La persona con alta inteligencia emocial y tiene equilibrio entre sus emociones reconoce lo que desea y sabe como obtenerlo

Capacidades para liderar

Es una persona que busca la solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas

COMUNICACIÓN EMOCIONAL

es la

Transmisión de nuestras emociones a otras personas tambien se le conoce como comunicación no verbal y tiene los siguientes ventajas puede ayudar a vender más productos, convencer a más público, conseguir votantes

La importancia de la comunicacion emocional

Evita conflictos
Nuestro interlocutor empatizara mejor
La persona se abrira mas y sincerara mas
Justificaremos mas nuestros actos

cuando razonamos sobre estos 4 puntos

Podra ayudarnos ayudarnos a entender la enorme mejora de los aspectos relacionales en los diversos ámbitos

LIDERAZGO

La esencia de lidrerasgo es

tener vision y esa vision lo convierte en realidad donde el liderasgo requiere personalidad, analisis, logro, interaccion, ademas debe tener abtitudes como son habilidades de liderazgo y visionario, desarrollo de equipo, resolucion de conflicto

Tres teorias de liderasgo

1. Teoría del Atributo menciona que la personalidad pueden llevar a las personas de una manera natural a funciones de liderazgo
2.Teoría de Grandes Acontecimientos, dice que una crisis puede generar cualidades extraordinarias de liderazgo
3. Teoría del Liderazgo Transformador donde la persona puede convertirse en líderes aprendiendo destrezas de liderazgo

Las Dos Claves Más Importantes de Liderazgo

La confianza depositada en un liderazgo y la comunicación efectiva por parte del liderazgo

Principios de Liderazgo

1.Conózcase a sí mismo y trate de mejorar
2.Sea técnicamente capaz
3.Busque y asuma la responsabilidad por sus acciones
4.Tome decisiones firmes y oportunas
5.Mantenga informada a las personas
6.Desarrolle un sentido de responsabilidad en los demás
7.Asegúrese que las tareas
8.Prepare a sus empleados como un equipo
9.Use toda la capacidad de su organización
10.Sea un modelo para sus empleados
11.Velar por el bienestar de los empleados

Liderazgo es Influencia

Es el conocimiento, las actitudes y las conductas utilizadas para influir sobre las personas para conseguir la misión deseada

Liderazgo Transformador

Esta enfocado en fortalecer y reconocer el valor de todas las personas ademas toman acciones que tiene efecto positivo unificador, conducen al cumplimiento de metas, y enfatiza el desarrollo personal

Estilos Personales

Es la manera en la que interactuamos y respondemos a las personas, cosas, situaciones y tiempo

Los Cuatro Pares

Introversión/Extroversión. Tienden a tomar decisiones de presiones. Las personas extrovertidas están adaptadas a la cultura
Intuición/Practicidad. la intuicion prefiere las posibilidades, El tipo práctico prefiere lo concreto, real, objetivo, estructurado, tangible.
Sentimiento/Pensamiento hace juicios sobre la vida, y las personas, basadas en empatía y el pensante basadas en lógica, análisis y evidencia
Percepción/Juicio siempre quiere saber más antes de decidir y el el juzgador es decisivo, firme y seguro, establece metas y las sigue

AFECTOS

Regulan el

el interés, el compromiso, el aburrimiento, la frustración ademas los afectos fueron pensados como un complejo proceso multifacético que incluye sentimientos de placer y displacer

Autoestima

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

la autoestima es la

Confianza en nuestra capacidad de pensar, confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices.

la autoestima

Se sostiene y se nutre de un conjunto de capacidades que provienen de la individualización: la autovaloración, la autocrítica, la autoevaluación, la disposición a la responsabilidad propia, la asunción de decisiones propias

RESPETO A SI MISMO

Es

Vivir conscientes de nuestra propia integridad, nos permite ser lo que somos y actuar en consonancia con ello y Se trata reconocer que nuestro cuerpo es valioso y parte fundamental de nuestra identidad

PILARES DE LA AUTOESTIMA

Branden propone 6 pilares

1.Vivir conscientemente
2.Aceptarse a sí mismo
3.Autorresponsabilidad
4.respetar nuestras necesidades
5.Vivir con propósito
6.Integridad personal

PROMOCION DE UNA SANA AUTOESTIMA

Este

influye en el respeto que se siente hacia uno mismo y en la confianza en sus propias capacidades

la psicóloga experta en 'coaching' revela diez claves

1.Vivir el presente
2.Tener una vision positiva
3.Aceptar que se está en continuo desarrollo
4. Ser responsable, no culpable
5. Reconocer los logros y capacidades
6.Vivir con propósitos claros
7.Salir de nuestra zona de confort
8.Trabajar los pensamientos limitantes y el lenguaje verbal
9.Hacer deporte
10.Aceptarse a si mismo