**Nombre de alumno:** Sánchez Moreno Alondra Jacqueline

**Nombre del profesor:** Galindo Arguello Luis Ángel

**Nombre del trabajo:** Mapa conceptual

**Materia:** Desarrollo humano

**Grado:** 6to cuatrimestre

**Grupo:** A

Comitán de Domínguez, Chiapas a 09 de julio de 2021.

## Conclusión

Como conclusión en esta unidad se habla de la inteligencia emocional que son las capacidades y habilidades psicológicas que implican en el sentimiento, entendimiento, control y modificación de las emociones propias y ajenas, es así que una persona emocionalmente inteligente es aquella capaz de gestionar satisfactoriamente las emociones para lograr resultados positivos en sus relaciones con los demás.

Es por ello que las emociones tienen como finalidad contribuir al bienestar personal y social y se propone el desarrollo de competencias emocionales, que es una forma de preparar a las personas para estar en mejores condiciones para hacer frente a los retos de la vida cotidiana.

Por otra parte, la comunicación emocional es la transmisión de nuestras emociones a otras personas, en la que se incluyen las emociones, y así al trasmitir las emociones el mensaje es más efectivo. Así mismo la comunicación emocional a través del contacto físico, tiene un fuerte potencial para las relaciones interpersonales, ya que nos ayuda a sentir más a la otra persona**,** practicando por ello con más naturalidad la empatía y el respeto hacia sus emociones y sentimientos.

También se habla del liderazgo que es el conjunto de habilidades de un individuo que le permiten ejercer tareas como líder**,** ya que es aquel que está al mando de un grupo y tiene la capacidad de motivar a sus integrantes a través de su discurso o de su empatía.

Los efectos son los que regulan el interés, el compromiso, el aburrimiento, la frustración ya que su conexión con el mundo puede ser ordenada en una dimensión placer y displacer.

Y por ultimo se habla de la autoestima en general que es el valor que el individuo atribuye a su persona, a sus capacidades y en la forma de pensar positivamente, una motivación para experimentar diferentes perspectivas de la vida, de enfrentar retos, de sentir y actuar, que implica que las personas se acepten, se respeten, confíen y crean en ellos mismos, el autoestima esta en cada persona, la idea que tiene una persona de sí mismo que lo obliga a preguntarse quién es, o cuál va ser su identidad la cual se expresara a través de la conducta que vaya desarrollando.

## Bibliografía

https://www.bekiapsicologia.com/articulos/que-es-inteligencia-emocional-sirve/

Libro la educación emocional en la práctica

Antología desarrollo humano