



**Nombre de alumno:**

**Rocío del Milagro Martínez Lázaro**

**Nombre del profesor:**

**Mónica Lisseth Quevedo Pérez**

**Nombre del trabajo:**

**Unidad III y IV**

**Materia:**

**Desarrollo Humano**

**Grado:**

**6to. cuatrimestre**

**Grupo:**

**Licenciatura en derecho 1**

Pichucalco, Chiapas a 02 de agosto de 2022

## INTRODUCCION

El concepto de desarrollo humano surgió de los debates globales que tuvieron lugar en la segunda mitad del siglo XX sobre la relación entre crecimiento económico y desarrollo, y conforme este avanza nuestro mundo va descifrando como nuestra inteligencia emocional, nuestros sentimientos, gestos y demás nos ayudan a ser un líder, de manera en que la mejora de nuestro mundo y nuestros objetivos sean en su totalidad una meta por cumplir.

Para poder entender en nuestro mundo acerca de las inteligencias emocionales que existen en nuestro día a día, tenemos que preguntarnos ¿qué es en sí la inteligencia emocional? ¿En qué consiste?

Investigadores y corporaciones se dedicaron a investigar acerca de las habilidades y capacidades de cada uno de los seres humanos y conforme estos cómo puede llegar a ser una persona exitosa en la vida; ya que hemos oído hablar de la inteligencia intelectual este es el resultado mediante un test y este nos demuestra cuán inteligente somos.

Daniel Coleman nos enseña acerca de la inteligencia emocional y nos dice “La inteligencia emocional es la capacidad de reconocer las emociones – tanto propias como ajenas – y de gestionar nuestra respuesta ante ellas.”, pues éste la define como una de las partes importantes en nuestro día a día y en la cual nos podemos adaptar a nuestro entorno en general.

## **Características de la inteligencia emocional**

La inteligencia emocional surge como un concepto completamente novedoso acuñado del escritor, psicólogo y profesor de la Universidad de Harvard Daniel Goleman en el año 1995, quien escribió un libro titulado —La inteligencia emocional—.

En este libro él explica cómo la inteligencia de una persona no sólo implica las habilidades o destrezas matemáticas o lingüísticas puesto que existe un gran abanico de inteligencias que deben ser tenidas en cuenta.

En su libro, Goleman utiliza términos como alfabetismo emocional, empatía, artes sociales entre otros.

Pero en realidad la inteligencia tradicional se va a metiendo con un CI (Coeficiente intelectual), podría mencionar como lo es Albert Einstein con un IQ de 160, al igual que Stephan Hawking y Mari Zuckerberg con un IQ de 152.

1. Flexibilidad y adaptabilidad: Frente a los desafíos que se le presentan de manera individual estás tienden a presentar su flexibilidad que está relacionada con el ánimo, tolerancia y el poder aceptar nuevas ideas o hechos en situaciones distintas o adaptabilidad es considerada como capaz de poder manejar o realizar diferentes tareas mediante las condiciones cambiantes o designadas para cada uno de estos, por ejemplo el tener una actitud positiva ante los cambios que se le pongan o solucionar rápidamente Los incidentes que pueden surgir en el desarrollo de un trabajo
2. Empatía: Es aquella en la cual alguien se pone en el lugar de otra y comprende emocionalmente lo que le sucede a esta, como coloquialmente le hablamos ponerse en los zapatos de otra persona, lo cual significa comprender las emociones que siente la otra persona, por ejemplo ayudando a un anciano a cruzar la calle, ya que muchas ocasiones las personas mayores van muy despacio y es posible que con cierto malestar debido a su edad o condición física caminen despacio, es por esto que ayudarles a cruzar la calle es empático.
3. Educación de las emociones: Por medio de estas llegamos a entender que los sentimientos positivos ayudan a cada persona en su vida y en la relación con otras, claro ejemplo de esto es cuando te sientes triste ya que te dan malas noticias, pero eso no significa que tú permanezcas con esa emoción, sino que se puede educar y a la vez convertirla en algo productivo para sentirte mejor que antes.

4. Asertividad: Es aquella persona que reconoces lo que desea y sabes cómo lograrlo ya que tienen el equilibrio de sus emociones, por ejemplo, cuando llegas tarde a recoger a los niños te sientes una persona ofuscada y ellos se les hace algo tarde para comer, pero una persona asertiva es aquella que se hace responsable de sus emociones, es específico y habla del impacto que sus acciones tienen sobre estas.
5. Capacidad de liderar: A pesar de las dificultades que una persona pueda tener gracias a la inteligencia emocional esta sabrá cómo liberar y afrontar los desafíos que se le presenten, por ejemplo, una persona busca una creación colaborativa la cual involucra a las personas en el proceso de creación y la realización del proyecto en común.

Pero con esto concluimos que el coeficiente intelectual no significa que los hemos incrementando nuestras capacidades, sino que estamos afinando nuestra maquinaria mental para un mundo moderno.

## **La comunicación emocional**

Por medio de la comunicación los humanos transmitimos aquel mensaje que deseamos compartir con otras personas, para ello la comunicación emocional es más que nada aquel gesto que compartimos con otras personas haciéndoles entender cómo nos sentimos, si vamos pasando por momentos malos nuestros gestos mostrarán una cara de tristeza, asimismo si nosotros mostramos una sonrisa la gente sabrá que estamos pasando por momentos positivos.

La manifestación de nuestras emociones se puede transmitir y todas aquellas emociones y deseos que sentimos nos lleva a una comunicación no verbal.

## **La importancia de la comunicación emocional**

Comunicación emocional expone y a la vez protege nuestros sentimientos; ya que esto provocará que nuestro compañero haga lo mismo, pues él suele ocurrir que la persona con la que estamos hablando termina copiando inconscientemente nuestro estilo de comunicación

## **Liderazgo**

Para que una persona pueda ser un líder tiene que motivar, conducir y acompañar un grupo de personas para la realización de un proyecto en común; el liderazgo quiere convertir a una persona y éste tendrá una visión la cual guiará con acciones hacia metas que le permitan alcanzar cometido.

Para hacer un buen líder hay que tener visión, el desarrollo de alto rendimiento en equipo, una facilidad para la resolución de conflictos con ganancia por ambas partes, debe tener una capacitación para corregir errores mediante el aprendizaje y de igual forma tener un alto compromiso con la participación de sus empleados este promoverá en sentido de involucrar a estos en el proceso de tomas de decisiones y la planificación.

Pero el ser líder se ¿nace o se hace? Puede ser ambos, ya que un líder nato tiene el talento para dirigir a otras; por otro lado, la persona que decide convertirse en un líder es

totalmente aceptable mediante el aprendizaje de sus destrezas a ésta se le conoce como teoría de liderazgo transformador.

Cómo muchas personas toman la decisión de seguir y realizar el objetivo en conjunto con los demás, así estos confían, respetan y deciden ser guiados por una persona con la cual se sienten entendidos y satisfechos con la visión sobre una dirección futura de su organización. Un buen líder se conoce asimismo y trata de mejorarse fortaleciendo sus habilidades de liderazgo, leyendo, estudiando y tomando clases apropiadas etc., debe tener un buen conocimiento sólido de sus trabajadores y el trabajo que realiza cada uno, así mismo busca y asume la responsabilidad de sus acciones de manera en que conducir una organización, cuando las cosas estén saliendo mal no se culpe a uno solo, sino que se tome la acción correcta y el avance hacia el próximo reto.

Desde otra perspectiva algunos pueden confundir el liderazgo con el ser jefe pues éste solamente vela por el cumplimiento de su función que es mandar y concluir con el reto que se le ponga sin importarle las consecuencias que sus actos puedan tener.

## **Afectos**

Esos pueden ser positivos o negativos; estos afectos llegan a hacer una referencia a una caricia, un gesto, un beso o la demostración de un cariño hacia otra persona.

En el aspecto de la psicología esta puede ser un sentimiento, emoción o el estado de ánimo de una persona.

## **Autoestima**

Esta es la confianza que uno siente por sí mismo, ya que en la vida la toma de decisiones y búsqueda de la felicidad es de uno mismo. Éste es el sentimiento que nos ayuda a triunfar y ser felices, consiste en valorarse y reconocerse de manera que satisfaga sus necesidades; sin embargo, el pensamiento de otras personas puede ser negativo ya sé que tengo la autoestima baja pues no puede considerarse valorarse de conocerse y lo que puede llegar a lograr. Algunos de nosotros tenemos una autoestima alta en la cual los aceptamos tal y como somos pensando en nuestra propia valoración y respeto, desarrollando experiencias primordiales y tomar una decisión propia sin importar la opinión de otros; pero si una persona no se ama no se acepta no se valora en sus cualidades está el tener una autoestima baja el cual hace posible que realice conductas de desprecio hacia sí mismo.

## **Respeto así mismo**

El respetarse uno mismo es valorar y conocer el significado de su persona, es conocer cuánto vale que tanto nos queremos y que tanto ganamos como lo es la manera de defender nuestro puesto ante los ataques de los demás; no es creerse más que otros o llegar a comparar nuestras habilidades y capacidades con las de los demás, si somos superiores a ellos, Pues la persona que se respeta asimismo obtiene un derecho y una obligación por el simple hecho de existir, pues el derecho asimismo tiene que ver con el reconocimiento de la dignidad humana, la propia y la de otros.

## **PERSONALIDAD SALUDABLE**

¿Cómo es una personalidad saludable?

Una personalidad saludable debe tener

- Alta apertura a sus sentimientos
- Bajos niveles de hostilidad agresiva
- Mucha calidez
- Emociones positivas
- Capacidad de ser directo

Para esto tenemos que entender lo que es el amor, la genitalidad y el erotismo.

El amor: esto puede llegar a ser un impulso y una motivación, mucho más que una emoción. Todo el mundo alguna vez ha experimentado en su vida este fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con una persona amada.

El amor tiene una gran importancia en nuestra vida pues es aquel que hace demostrar aquel sentimiento que despierta el interés por otra persona. El amor es un sentimiento que sobrepasa nuestras decisiones pues a veces uno puede llegar a cometer locuras sin pensar en los resultados, de igual manera esto es similar a una droga la cual lo convierte en algo adictivo; ya que el amor activa hormonas y neurotransmisores en nuestro cuerpo los cuales nos hace sentir una magia.

Después de un romance entre dos personas que a lo largo del tiempo los mantuvo enamorados, al romper este lazo no todo el mundo puede llegar a procesar fácilmente la separación.

Genitalidad: es aquello que nos distingue de hombres y mujeres, es decir nuestros órganos sexuales como lo son en la mujer la vagina y en el hombre el pene. Cuando un ser humano acaba de nacer se distingue a través de sus órganos sexuales y a esto se les da una caracterización de masculino (hombre) o femenino (mujer).

Erotismo: El erotismo es esa sensación física y emocional que despierta en una relación donde no necesariamente tiene que ver el amor, sino solamente la atracción, no es fijo ni privativo. Éste está encaminado más a la atracción sexual; la vida sexual de cada individuo es diferente y de acuerdo a lo experimentado cada persona sabrá limitarse Y distinguirla no solamente como placer si no adaptándola como un instrumento de reproducción humana.

### **Desarrollo Humano y trascendencia**

Hay que entender acerca de la trascendencia pues esta es la armonía y el propósito de cada uno de nosotros en esta vida; pero en estos tiempos la gente les da prioridad a las cosas materiales tales como el dinero sin importar el conocerse a sí mismo.

Mucha gente nos encontramos desubicados y nuestro propósito en la vida es tener riqueza para así obtener un estilo de vida agradable, pero de qué nos importa esto si nosotros como seres humanos no tenemos un objetivo que en realidad importa como lo puede ser llegar a

ser un gran líder y de esta manera cumplir no sólo nuestro propósito sino el de muchas otras personas más.

Entonces el poder conocer nuestro equilibrio interno no nos ayudará solamente a nosotros mismos sino con esto poder salir adelante y ayudar a muchas más personas a cumplir con su propósito en la vida, en la vida hay que saber desechar la basura que llevamos dentro y empezar a disfrutar de nuestro mundo y nuestro universo.

## **Trascendencia humana**

Esta no tiene nada que ver con religión sino más que nada es encontrar el deseo de superación con la necesidad de entender el significado y ver la manera de cumplir nuestros propios deseos más profundos ya que ésta hace un enfrentamiento a las cosas de nuestro pasado; es dar fuerza y conocer lo valioso que somos pues experimentamos y vivimos y de esta manera logramos percibir las limitaciones que impiden nuestra trascendencia o crecimiento, si yo no me pongo limitaciones, si yo deseo con ansias trascender no solamente en mi ser si no en mi entorno.

## **Características de la persona trascendente**

Podemos definir que esta persona tiene una habilidad para realizar sus sueños; pues esta va fijando metas y luchando por ellas, un claro ejemplo de esto puede ser con acabar una carrera y trascender sería conseguir un trabajo, asimismo, conseguir un ascenso, comprarse un auto etc.

Para ello existen personas trascendentales natos los cuales sin importar la crianza se mantienen con el propósito de cumplir sus sueños a pesar de las circunstancias y hasta no cumplir lo que se propone.

## **CONCLUSION**

El Desarrollo Humano es un paradigma de desarrollo que va mucho más allá del aumento o la disminución de los ingresos de un país. Comprende la creación de un entorno en el que las personas puedan desarrollar su máximo potencial y llevar adelante una vida productiva y creativa de acuerdo con sus necesidades e intereses.



## **BIBLIOGRAFIA**

Antología de la escuela UDS Desarrollo humano