



*Nombre del Alumno: Karla Alejandra Castellanos Hernández*

*Nombre del tema: unidad 3 y 4*

*Nombre de la Materia: Desarrollo humano*

*Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez*

*Nombre de la Licenciatura Derecho*

*6to. Cuatrimestre*

## Introducción

Pues mediante este trabajo hablaremos sobre el amor propio, la comunicación el liderazgo en fin otros temas que tiene que ver con nuestra persona. Puesto que la comunicación nos dice que es aquel contacto que tenemos con otra y bien nos ayuda bastante porque podemos desahogarnos y tener con quien hablar siempre es bueno. El amor que nos tenemos a nosotros mismo es el más importante porque es aquel que nos hace sentir bien y sobre todo el que nos da la seguridad, liderazgo aquel que sirve como motivación y en si continuar, sentir el apoyo nos hace más seguros.

Pues bien, durante el trabajo se van a desarrollar más temas que están explicados, esperando ser entendidos.

## Inteligencia emocional

Las características de inteligencia emocional es la que implica la habilidad de razonar, planear y resolver problemas, comprender ideas complejas y aprender rápidamente. De este igual nos dice que tiene diferentes aspectos emocionales como: autoconocimiento, autorregulación, motivación, empatía y habilidad especial. esta se le llama así porque por lidiar las emociones de una manera más consciente, esta es una de las cosas que nos hará debido a la reacción que se tiene. La inteligencia emocional es importante ya que estas personas suelen ser auténticas y sinceras, puesto que expresan sus sentimientos de una forma clara.

La comunicación emocional es aquellas que nos permite transmitir sentimientos, emociones que tiene un alto componente del contacto físico, este igual expone y a la vez protege nuestros sentimientos. La comunicación es importante porque nos permite tener una coordinación y fluides en las relaciones humanas, aumenta la productividad y eficiencia en las tareas, y el trabajo. Es decir que la comunicación nos permite a nosotros como individuos comunicarnos de cualquier cosa en particular de aquellos que se siente internamente con otros.

Liderazgo es la habilidad de saber asumir los riesgos correctos, inspirar a una persona o aun equipo de trabajo que logre el equilibrio de ser firmes y humilde. Es decir, creamos una visión y se puede avanzar hacia una meta. De otra manera la capacidad y la habilidad para influir sobre toda una organización, con el propósito de llevarla a alcanzar objetivos concretos y de mejora del desempeño.

El afecto está relacionado con la emoción, la enfermedad, la influencia y el estado del ser. Pero en si el afecto es una emoción que puede ser negativa o positiva, aunque esta igual tiene que o se asocia con los celos y el odio. Normalmente la consideramos una versión agradable hacia una persona o algo que despierte el interés en nosotros. Existen de manera diferentes los afectos ya sea en un abrazo, en un beso, especialmente en las personas mas cercanas o un familiar.

La autoestima son las evoluciones, pensamientos, sentimientos y tendencias de comportamiento que tenemos dirigidos hacia nosotros mismos. Es decir, la perspectiva que tenemos de nosotros mismos. Esta tiene como concepto la autovaloración y la autoconfianza, normalmente dividida entre alta y baja, una persona que tiene su autoestima alta es la que se tiene la confianza de que va lograr todo lo que se proponga así salga bien o mal. Mientras la que lo tiene bajo es más común que todo el tiempo sea una persona negativa.

El respeto así mismo es conocer nuestras habilidades y capacidades que tenemos, aparte de atender y satisfacer las necesidades propias. El poder expresar nuestros sentimientos y emociones sin sentir culpa y dañarnos. Tener nuestra actitud positiva hacia tu derecho de vivir y ser feliz, es reafirmar nuestra valía. Como poder respetarnos comenzar a respetarte a ti mismo desarrollando conductas de respeto hacia los demás. Sé honesto contigo mismo, ten en cuenta tus propias emociones y sentimientos y cuídalos.

Los pilares de la autoestima es la confianza para enfrentar los desafíos de la vida, está conformado por la eficacia personal y el respeto a uno mismo. Los seis pilares consisten en Se trata de esos aspectos de la vida que son necesarios trabajar y

cultivar para que se afiance el amor propio. La baja autoestima tiene importantes consecuencias para la vida.

## Persona saludable

Personalidad saludable a las diferentes áreas de relación de la persona cada uno podría desarrollar enfermedades mentales o físicas. El ejemplo más claro es que aquellas personas de carácter amigable son más felices y por ende tienen menos probabilidades de padecer. La persona sana puede ser descrita como alguien capaz de experimentar y expresar emociones, como alguien franco, cálido, amable, auténtico, seguro de sus propias capacidades, emocionalmente estable y resiliente al estrés.

Amor, genitalidad y erotismo. La sexualidad y la genitalidad no son las mismas, pero sin embargo se entrelazan, es fundamental para erradicar prejuicios y aceptar la diversidad. Mientras que los genitales son una condición biológica determinada y transmitida genéticamente la Genitalidad, es la expresión de las diferentes características de los genitales femeninos o masculinos y de sus respuestas a los estímulos físicos o psicológicos. la sexualidad es algo que se construye durante toda la vida: las relaciones sexuales son solo una parte de ella. El erotismo es la potencialidad personal de producir y comunicar una forma especial de placer: deseo, excitación.

El amor es el sentimiento intenso que tenemos como ser humano, que parte de nuestra propia necesidad y busca el encuentro o la unión con otra persona. Este se refleja a través del compromiso y la confianza, siempre tratando de crear como una chispa romántica o de interés. Como cuando te enamoras esa persona pasa hacer su prioridad, tu apoyo y la persona con la que siempre desearás hacer planes de futuro. Es decir que el amor es una energía que nace del corazón y se expande en unas ondas que tocan a todos los que la rodean, dando una sensación de bienestar y felicidad.

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. Es decir, nacemos, pero a como traemos un propósito de vida algún día llega el final. Buscarle el sentido a la vida, en la sociedad que nos encontramos ha llegado el punto de encontrar consumistas, que se le da mas importancia a tener cosas materiales.

La trascendencia humana consiste en que es una necesidad del ser humano dejar un legado o dejar huella aquí de que estuvimos. La trascendencia de aquello que está más allá de sí mismo y que no puede controlar porque trasciende a su voluntad. Es decir, trascendencia es un concepto que designa aquello que va más allá o que se encuentra por encima de determinado límite.

Trascender es sobresalir, alcanzar de una forma u otra algo que está fuera de los límites que impone el cuerpo. es una persona trascendental es una persona con la habilidad de hacer realidad su sueño.

Como conclusión entendemos que cada uno de esos es importante en nuestras vidas, existen ciclos de vida que es la trascendencia humana consiste en nacer y llegar al final. También el amor pues bien este es el sentimiento que le tenemos alguien y que nos permite expresar lo mucho que se le quiere, ya sea en abrazo o beso, a cualquier persona familia, amigos y novio. Una personalidad saludable ya sea mentalmente o físicamente, ambas son bastante importantes ya que mentalmente tenemos que sentirnos en paz y físicamente es estar constante con nuestra salud.