



Mi Universidad

*NOMBRE DEL ALUMNO: MARIA ISABEL
SANCHEZ MONDRAGON*

NOMBRE DEL TEMA: SUPER NOTA

PARCIAL: PRIMER

*NOMBRE DE LA MATERIA: DESARROLLO
HUMANO*

*NOMBRE DEL PROFESOR: LILIANA VILLEGAS
LOPEZ*

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERIA

CUATRIMESTRE: SEXTO. GRUPO: B

Lugar y Fecha de elaboración

01 DE AGOSTO DEL 2023 PICHUCALCO CHIAPAS

S U P E R

N O T A

INTELIGENCIA EMOCIONAL

- Siempre hemos oído decir que el Cociente intelectual (IQ) es un buen indicador para saber si una persona será exitosa en la vida
- Gran parte de nuestras decisiones son influenciadas en mayor o menor grado



- pero en Cambio consiguen tener una vida exitosa en lo que refiere al ámbito sentimental, e incluso en El profesional.



CARACTERISTICAS 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,

- La inteligencia tradicional, aquella que se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI (coeficiente Intelectual)



LAS CAPACIDADES EMOCIONALES ADQUIRIDAS

- La inteligencia emocional es un concepto que viene de la mano de una nueva concepción mediante la cual se tiene en cuenta que la inteligencia no es pura y exclusivamente una cuestión de capacidades innatas
- Una persona con este tipo de inteligencia es capaz de reconocer las propias emociones y dominarlas así como también es capaz de reconocer las emociones ajenas y comprender más allá de lo que expresan las palabras.

- Empatía La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona, vivenciar lo que la otra persona siente. En otras palabras la empatía es comprender emocionalmente lo que le sucede a otra persona

- ### 5 COMPONENTES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL
- 1 CONCIENCIA DE UNO MISMO
 - 2 AUTORREGULACIÓN
 - 3 MOTIVACIÓN
 - 4 EMPATÍA
 - 5 DESTREZA SOCIAL

SOLIDARIDAD CON OTROS

❖ Una persona con alta inteligencia emocional tendrá el sentimiento de solidarizarse en relación a otros

❖ **Asertividad** Una persona con alta inteligencia emocional reconoce aquello que desea y sabe cómo lograrlo puesto que tienen un equilibrio entre sus emociones.



✚ **COMUNICACIÓN EMOCIONAL**

En opinión de Domenec Benaiges (2014), la comunicación es el acto de transmitir correctamente un mensaje entre, mínimo, dos personas. Comunicar no implica únicamente enviar el mensaje sino hacer llegar su contenido a la otra persona.



LIDERAZGO

✚ La esencia misma de liderazgo es tener visión. Tiene que ser una visión que se debe expresar clara y vigorosamente en cada ocasión

✚ Liderazgo convierte una visión en realidad.

❖ Tres Teorías de Liderazgo En su libro From Transactional to Transformational Leadership: Learning to Share the Vision, Bernard Bass expone tres maneras básicas que convierten a las personas en líderes

❖ Las Dos Claves Más Importantes de Liderazgo La confianza depositada en un liderazgo solido es un indicador confiable de la satisfacción de los empleados y los asociados en una organización.



✚ **AUTOESTIMA.** El significado primordial de la 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 confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida

✚ La autoestima es parte de la identidad personal y está profundamente marcada por la condición de género que determina en gran medida la vida individual y colectiva de las mujeres, tanto de manera positiva como de forma nociva.



❖ Respetarnos a nosotros mismos no es comparar nuestras habilidades y capacidades con las de los otros para sentirnos superiores

❖ Respetarnos a nosotros mismos es vivir conscientes de nuestra propia integridad y, por lo tanto, también de la integridad de los otros.

PERSONALIDAD SALUDABLE A LAS DIFERENTES AREAS DE RELACION DE LA PERSONA

- ❖ Expertos en psicología sostienen que la personalidad se crea a partir de cinco pilares
- ❖ a investigación fue publicada por el Journal of Personality and Social Psychology. Liderada por la Universidad de California, Davis, considera 30 facetas de la personalidad.
- ❖ Para llegar a sus conclusiones, los investigadores dividieron su estudio en dos etapas. En la primera, pidieron a expertos y estudiantes qué características tenía una personalidad „sana”

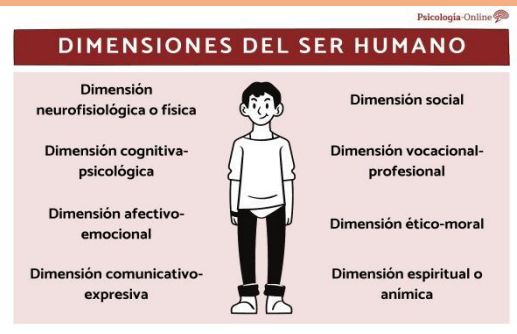


- ❖ . Hasta hace tan solo unos años se trataba el amor como una emoción, pero a pesar de que en momentos puntuales pueda parecerlo, tiene muchas características que lo diferencian de éstas (las emociones)
- ❖ El amor modifica nuestro cerebro e induce a cambios en nuestro sistema nervioso central, pues activa un proceso bioquímico que se inicia en el córtex, da lugar a respuestas fisiológicas intensas y produce una gran sensación de euforia (similar al de algunas drogas como la cocaína),

GENITALIDAD

- ❖ La sexualidad y la genitalidad no son lo mismo, sin embargo se entrelazan en una dimensión relacional donde la analogía es la función básica de la sexualidad
- ❖ La sexualidad humana de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) se define como: —Un aspecto central del ser humano,

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



TRASCENDENCIA HUMANA

- ✚ Creo que la trascendencia es la capacidad humana por excelencia, es la aptitud que tiene el ser humano de decidir sobre sus acciones, de elegir la calidad que tenga su vida y de esforzarse en llegar a sus metas.
- ✚ La trascendencia es un proceso que no sólo es un cambio teórico sino un proceso llevado a la práctica en la forma de pensar, de relacionarse, hasta de respirar y caminar

- Características de la Persona*
- Racional
 - Única e irrepertible
 - Perfectible
 - Incomunicable
 - Inacabable
 - Inacabada
 - Dueña de sí misma
 - Finalizada
 - Intimidada
 - Apertura
 - Social
 - Sexual
 - Espiritual
 - Libre
 - Digna
 - Novedosa
 - Cognoscente
 - Coexistente
 - Amable
 - Fin en sí misma
 - Trascendente
 - Supera su propia nat.

Persona como ser Trascendente.

- La valoración de la persona como “vocación-interiorización y trascendencia” es uno de los elementos claves. Sólo el hombre como persona puede trascender en su existencia, descubriendo el sentido de su vida. Es original en el mundo.
- Cuando el hombre hace suyos determinados valores se siente desbordado por ellos, y nunca los alcanza plenamente. Estos valores son para Mounier, las mediaciones reales de la persona. El valor personal absoluto o valor de valores es el Dios cristiano, que se ha manifestado como persona en la historia.

BIBLIOGRAFÍA

Desarrollo de liderazgo, National Minority Aids Council; Enlace: <https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/desarrollo-de-liderazgo.pdf> Erotismo y sexualidad; publicado en 2013; Pdf Enlace:[http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/collect/ar/ar010/index/assoc/D10142.dir/Scha ufler](http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/collect/ar/ar010/index/assoc/D10142.dir/Scha%20ufler.pdf). Herrera Garnica, Gloria Rebeca de Fátima; 2013 .Desarrollo humano; Pearson, Huerta Pérez, Isidro; 2011. Cimientos para el desarrollo personal; Sacasa, María del Carmen; ,2012. Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo México; PNUD