

**Nombre de alumno: Yazmin Alejandra
Vázquez López**

**Nombre del profesor: Luis Ángel
Galindo**

Nombre del trabajo: Cuadro sinópico

Materia: Desarrollo Humano

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 6to cuatrimestre

Grupo: B

Inteligencia emocional

Características de la inteligencia

Auto-conciencia, autorregulación, motivación, empatía, habilidad social

Solidaridad con otros

Implica la solidaridad desde lo emocional, la contención o la palabra que otra persona necesita.

Comunicación Emocional

Saber transmitir nuestras emociones a nuestro público, ya sea una audiencia

Emociones

Permite que el otro nos conozca más profundamente

Liderazgo

Convierte una visión en realidad. Para influir sobre los seguidores de modo que muestren disposición al cambio

Requiere De

Personalidad, análisis, logro interacción

Afectos

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

Respeto A Si Mismo

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

Característica esencial del ser humano

Es un derecho y una obligación que se tiene por el simple hecho de existir

Pilares De La Autoestima

Vivir Conscientemente, Aceptarse A Sí Mismo, Autorresponsabilidad, Autoafirmación, Vivir Con Propósito, Integridad Personal

Aceptarnos

Las personas que no se aceptan, viven saboteando sus relaciones y logros profesionales porque creen que no merecen tener amor ni éxito

Promoción De Una Sana Autoestima

Si yo me valoro positivamente, conozco mis puntos fuertes, y también reconozco mis logros

VIVIR CON PROPÓSITOS

Marcarse objetivos a corto plazo, reales y alcanzables aporta un buen subidón de autoestima

Personalidad Saludable

Personalidad Saludable

También, bajos niveles de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y la capacidad de ser directo

Poco saludable

La tendencia a deprimirse o sentirse vulnerable fue asociada con una personalidad poco saludable

Amor, Genitalidad y Erotismo

Todo el mundo ha experimentado alguna vez en su vida este fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con la persona amada.

El amor

Es un impulso y una motivación más que una emoción.

Desarrollo Humano Y Trascendencia

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

Pensamientos que tenemos

En ocasiones, los pensamientos nos engañan, porque nos pueden causar un sentimiento diferente a lo que realmente sentimos por nosotros.

Conclusión:

En el siguiente apartado damos a conocer la importancia que tiene cada uno de nuestros temas tanto la importancia de la inteligencia emocional que nos da a conocer que es la capacidad de reconocer sentimientos propios y ajenos, de motivarnos y de manejar adecuadamente las relaciones, Por ejemplo Aceptar los errores cometidos y ser capaces de perdonarse así mismo para aprender de lo ocurrido.

No juzgar el hecho de sentirse bien o mal más que por lo que son emociones transitorias que pasarán con el tiempo nos ayuda a conectar con otras personas forjar relaciones empáticas comunicar de manera efectiva resolver conflictos y expresar tus sentimientos , La Inteligencia Emocional 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 La inteligencia tradicional, aquella que se mide por variables duras donde la capacidad de la persona está determinada por un CI que indica cuán inteligente es, no llegaba a explicar por qué en ciertos casos una personas con un reducido CI llegaba a alcanzar resultados tan positivos a nivel social, la comunicación emocional nos habla que 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.

La otra persona tiene que descifrar el mensaje, y tiene que entenderlo, sólo así la comunicación es completa Del mismo modo que tendremos que ser conscientes de cómo afecta a las demás personas nuestra comunicación emocional para irla corrigiendo a medida que lo vayamos necesitando hablamos del liderazgo El liderazgo la acción de influir en un grupo de personas con el objetivo de trabajar en equipo y en torno a un propósito. El liderazgo ha cobrado vital relevancia en la actualidad debido a la escasez de personas con habilidades para conducir equipos y alcanzar objetivos por sobre el promedio, liderazgo representa un punto de partida válido, es importante anotar que el significado de liderazgo es de una índole compleja.

De hecho, para entender qué es liderazgo, es importante mencionar aquellas características con las cuales generalmente se define dicho concepto, los afectos fueron pensados como un complejo proceso multifacético que incluyen sentimientos de placer Enraizados en la biología, tales procesos llegaron a ser vistos como una actividad cognitiva y evaluativa que

funciona consciente e inconscientemente organizando el funcionamiento mental y el comportamiento. Los afectos pueden ser vistos como aspectos continuos de nuestra vida y no como característicamente intermitentes o típicamente traumáticos, aunque pueden desregularse y comprometerse en la patología.

En la vida cotidiana una variedad de afectos regulan el interés, el compromiso, el aburrimiento, la frustración y su conexión con el mundo puede ser ordenada en una dimensión placer-displacer. 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. El respeto a uno mismo. En cuanto al respeto a los demás, la palabra misma es entendida de diversas maneras, tanto, que muchas veces se tiene la creencia de que respetar al otro implica un acto de sumisión, es decir, que deberíamos renunciar a una parte de nuestra esencia y ceder ante el deseo del otro, olvidando lo que somos, lo que queremos y lo que valemos. Respetarnos a nosotros mismos no es comparar nuestras habilidades y capacidades con las de los otros para sentirnos superiores es un derecho y una obligación que se tiene por el simple hecho de existir y, más que tener que ver con la sumisión, está relacionado con la aceptación al otro y a nosotros mismos de forma incondicional. Se trata reconocer que nuestro cuerpo es valioso y parte fundamental de nuestra identidad, que nos diferencia exteriormente y de manera inmediata de los otros y que es la puerta de entrada al respeto que queremos recibir y proyectar. Las personas que no se aceptan, viven sabotando sus relaciones y logros profesionales porque creen que no merecen tener amor ni éxito. Cada persona es única e irrepetible, por lo que no sirve de nada compararse con el resto del mundo. La modestia mal entendida y otras creencias y normas culturales han favorecido que se infravaloren

las capacidades y logros de las personas a la vez que se magnifican sus debilidades y errores. Vivir con autoestima sana implica estar seguro de lo que hacemos y cómo lo hacemos, sabiendo que somos capaces de afrontar una situación y que si, el resultado resultara ser negativo no es porque seamos menos valiosos o capaces, sino porque reconocemos qué salió mal y dónde debemos tener más cuidado la próxima vez que queramos intentarlo. La personalidad se crea a partir de cinco pilares.

Extraversión, apertura a la experiencia, amabilidad, consciencia y neocriticismo, Entre los rasgos que se identificaron en el estudio, está una alta apertura a sentimientos. También, bajos niveles de hostilidad agresiva, mucha calidez, emociones positivas y la capacidad de

ser directo, Todo el mundo ha experimentado alguna vez en su vida este fuerte sentimiento que dirige todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con la persona amada

El amor es un impulso y una motivación más que una emoción. Nos hace sentir que estamos en lo más alto, pero también puede llevarnos a la autodestrucción si no sabemos gestionar correctamente el desamor. A raíz de los estudios de Helen Fisher, se determinó que la idea de que el amor es un impulso y una motivación, puesto que los resultados de su investigación confirmaron que se activan dos importantes áreas relacionadas con las conductas motivantes

La complejidad del amor no se limita a estas dos áreas del cerebro. Se activan hasta 12 áreas del cerebro que trabajan conjuntamente para liberar las sustancias químicas como la dopamina, la oxitócica, la vasopresina, la noradrenalina o la serotonina. 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

Es por esto que la sexualidad es el conjunto de condiciones anatómicas, fisiológicas y psicológico-afectivas que caracterizan cada sexo, es decir, es el conjunto de fenómenos emocionales y de conducta relacionados con el sexo, que marcan de manera decisiva al ser humano en todas las fases de su desarrollo

Esta liberación supondría la transformación de la sexualidad en Eros como un fin en sí mismo y no confinado a lo corporal. Marcuse erigía a Eros como fuerza política, revolucionaria y creadora que se manifestaría en la cooperación y la solidaridad que había sido quebrada por el capitalismo y por "el poder absoluto de su máquina de propaganda, de publicidad y de administración"

Hablamos del desarrollo humano y la trascendencia. Lo más importante de la trascendencia es la personalidad de cada individuo, lo que lo constituye un ser absolutamente peculiar y diferenciable de todos, la personalidad está compuesta de un conjunto de características que funcionan de una manera coherente

La afectividad es un elemento fundamental en la formación de nuestra personalidad porque nos integra de una forma especial, en nuestra relación con nosotros, con los demás, en nuestra sexualidad, en nuestro trabajo o profesión, cultivando relaciones sociales amistosas. Podemos considerar la madurez afectiva como requisito indispensable para el óptimo funcionamiento de nuestra personalidad, en ocasiones no ponemos atención a nuestro

entorno, parte de nuestra afectividad es el ver que es lo que pasa en cualquier momento
Existen Trascendentales que creen tan fuerte en este sueño que logran cumplirlo usando su poder para perderlo. Para el resto de los Trascendentales es un proceso que no tiene una duración promedio. Puede haberse descubierto desde su niñez o no ser hallado durante toda su vida

La mayor parte de la población trascendental está en los niños pequeños, cuyas mentes no están conscientes de la Realidad por lo que no la aceptan. Sin embargo, conforme crecen y reconocen la Realidad como algo verdadero, van perdiendo los rasgos de Trascendentalita.

Bibliografía:

(antología desarrollo humano)

(<https://www.bbc.com/mundo>>not.)

(<https://psicologiaaymente.com>>)