



**Nombre del alumno:** Josselin  
dominguez cruz

**Nombre del profesor:** Lic. Luis Miguel  
Sánchez

**Licenciatura:** arquitectura

PASIÓN POR EDUCAR

**Materia:** desarrollo humano

**Nombre del trabajo:** mapa concep.

Ocosingo, Chiapas 8 de julio de 2022.

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

## Comunicación emocional

La transmisión de nuestras emociones a otras personas, es la inclusión de nuestras emociones en lo que comunicamos, es el uso de las emociones para que el mensaje sea más efectivo.

## Autoestima

La confianza en nuestra capacidad de pensar, en nuestra capacidad de enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida

- ✓ La capacidad de pensar,
- ✓ de tomar decisiones de vida
- ✓ búsqueda de la felicidad

## Características

- ✓ Origen del término
- ✓ La inteligencia tradicional
- ✓ Las capacidades emocionales adquiridas
- ✓ Reconocimiento y dominio de emociones
- ✓ Flexibilidad y adaptabilidad
- ✓ Empatía

## Respeto a si mismo

Nos permite ser lo que somos y actuar en consonancia con ello, da la posibilidad de reconocer lo que es constructivo para uno mismo y los que nos rodean

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

## Liderazgo

Convierte una visión en realidad, el liderazgo requiere:

- ✓ Personalidad:
- ✓ Análisis
- ✓ Logro
- ✓ Interacción

## Pilares de la autoestima

- ✓ Vivir conscientemente
- ✓ Aceptarse a sí mismo
- ✓ Autorresponsabilidad.
- ✓ Autoafirmación
- ✓ Vivir con propósito
- ✓ Integridad personal.

## Afectos

- ✓ Los afectos pueden ser vistos como aspectos continuos de nuestra vida
- ✓ Pueden desregularse y comprometerse en la patología

## Sana autoestima

Se conforma a través de las valoraciones que las personas hacen de sí mismos, basándose en los pensamientos, experiencias