

# UDS

**Licenciatura en administración de empresas**

**Toma de decisiones**

**Ensayo**

**C.P. Ronal salaz**

**Jorge Angel Raymundo Morales**

**30/01/2023    19/02/2023**

## INTRODUCCION

(Personalidad) cuando hablamos de personalidad, podemos entender que es, como actuamos, como pensamos, como nos sentimos.

La personalidad da mucho de qué hablar, pues en cómo nos comportamos en situaciones que vemos día a día, si tenemos un auto control de nuestros impulsos, emociones sabremos manejar la situación, pero hay que tener en cuenta que no en toda las ocasiones una persona puede tener el autocontrol de sí mismo

Tenemos que tener en cuenta que hay muchas personas que actúan diferente ante situaciones conflictivas

## DESARROLLO

El autocontrol es una habilidad compleja que se desarrolla con el tiempo, incluye el control de los impulsos, las emociones y la actividad física.

Si aprendemos a controlar nuestros impulsos y sentimientos, nada podrá afectarnos, dependiendo del buen auto control que llevemos

Las personas suelen actuar de diferente manera, pues conforme a la situación que se esté dando, personas que son muy impulsivas, que no creen en ellos, no tiene un buen auto control y pues con base a eso se llegan a los problemas o depresiones

Cada persona actúa y piensa diferente al resto

## CONCLUSION

El autocontrol forma parte de un grupo de habilidades que permite a niños, jóvenes y adultos a manejar sus pensamientos, acciones y emociones y así poder realizar tal cosa de una mejor manera

El auto control de los movimientos, es para no estar moviéndose constantemente en situaciones inapropiadas, controlar nuestros impulsos nos sirve para poner frenos mentales y pensar antes de hacer o decir algo, el control de nuestras emociones nos sirven para seguir adelante incluso si han habido situaciones inesperadas o molestas

El auto control es de suma importancia, pues nos ayuda a comportarnos ante situaciones tensas o molestas