



Nombre de alumno: Fabiola Cruz Gomez

**Nombre del profesor: Yesica Dariana
Sánchez Sánchez**

Nombre del trabajo: Super Nota

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6 Cuatrimestre

Ocosingo, Chiapas 31 de Julio de 2023

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PERSONALIDAD SALUDABLE

CARACTERISTICA DE LA INTELIGENCIA

Reconocer las emociones, Flexibilidad y adaptabilidad, Motivación, El entusiasmo y La empatía.



LIDERAZGO

Capacidad de influencia social, que maximiza los esfuerzos de los demás hacia el logro de una meta.



APTITUDES

- Motivación:** canalizar la energía y el potencial del equipo.
- Empatía:** comprender las situaciones de otros miembros e inspirar confianza.
- Servicio:** facilitar herramientas y dar atención en todo momento.
- Visión:** dimensionar escenarios no contemplados por otros.
- Creatividad:** impulsar el desarrollo de nuevas habilidades.
- Confianza:** estar seguro de sí mismo y de los colaboradores.
- Autoconocimiento:** reconocer las propias cualidades y limitaciones.
- Intuición:** ser sensible a lo que sucede alrededor y prever cambios.
- Disciplina:** mantener el orden y la lealtad, sin infundir temor.
- Empoderamiento:** sacar lo mejor del equipo, y servir de guía para ellos.

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.



COMPONENTES DE LA AUTOESTIMA

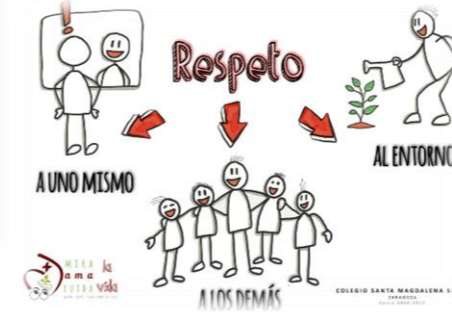
AUTOIMAGEN: La forma e idea que tenemos de nosotros mismos.

AUTOCONCEPTO: Palabras y definiciones que usamos para referirnos a nosotros mismos.



RESPECTO A SI MISMO

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.



PILARES DE LA AUTOESTIMA

- 1-Vivir Conscientemente
- 2-Aceptarse a Si Mismo
- 3-Autorresponsabilidad
- 4-Autoafirmacion
- 5- Vivir Con Propósito
- 6-Integridad Personal



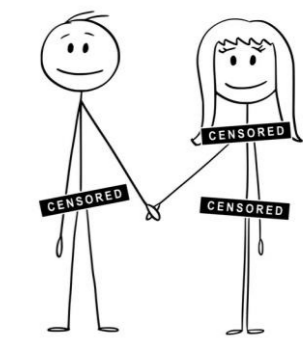
AMOR

Sentimiento que dirige todos nuestros sentidos y nos impulsa a estar con la persona amada, Nos hace sentir que estamos en lo más alto, pero también puede llevarnos a la autodestrucción si no sabemos gestionar correctamente el desamor.



GENITALIDAD

Es un concepto parcial del sexo del individuo y de su conducta sexual, reduciendo ambos conceptos al aspecto anatómico fisiológico de los órganos genitales o reproductores.



EROTISMO

es una experiencia subjetiva de carácter sexual que se da entre dos personas, sucede previo al acto sexual, durante el acto sexual y después de ella.



EROTISMO EN LA MUJER

La mujer se apasiona en situaciones en las que exista una implicación emocional, ternura, caricias, amor (afectivo)



EROTISMO EN EL HOMBRE

En el caso del hombre, la imagen de una mujer desnuda despierta sus deseos y lo excita, no involucra sentimientos, solo desea cumplir sus deseos sexuales.



TRASCENDENCIA HUMANA

Es la necesidad de ir más allá del estado actual, de subir, aumentar y progresar en las áreas: personal, familiar, social, laboral, profesional, espiritual, material y físico.



La forma más simple de definir lo que es una persona Trascendental es: una persona con la habilidad de hacer realidad sus sueños.

CONCLUSION

Mi conclusión referente a los dos temas de la unidad es que **la inteligencia emocional** es muy importante en nuestro día a día, ya que debemos aprender a controlar y a manejar nuestros sentimientos y emociones, ya que con eso nos lleva a ser un buen líder y así sentirnos bien con nuestra autoestima, debemos aprender a respetar y a respetarnos, y **la personalidad saludable**, como bien lo dice, debemos estar saludables física y emocionalmente; el amor, erotismo y genitalidad es de uno mismo y debemos saber con quien compartirlo.