



Mi Universidad

*NOMBRE DEL ALUMNO: GINA
ALEJANDRA CONTRERAS GARCIA*

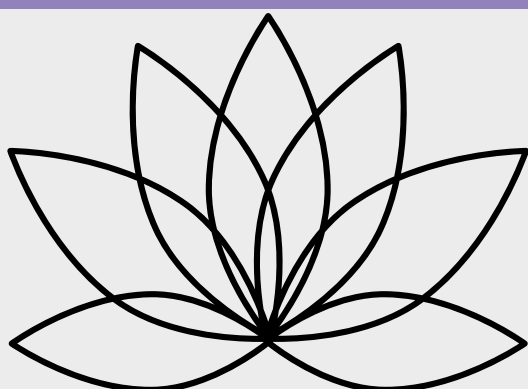
*NOMBRE DEL TEMA: ACTIVIDAD 1
SUPER NOTA*

*NOMBRE DEL PROFESOR: ASLI
BELEN CALDERON*

*NOMBRE DE LA MATERIA:
COMPORTAMIENTO SOCIAL*

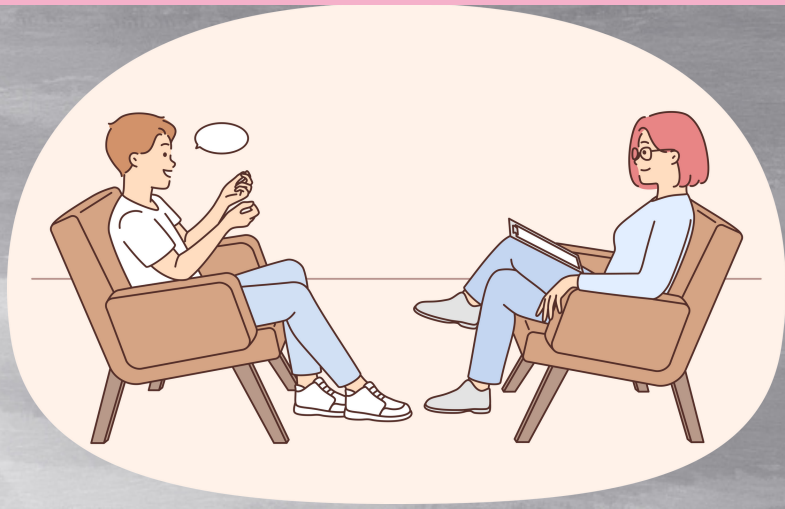
*NOMBRE DE LA LICENCIATURA:
PSICOLOGIA*

CUARTO CUATRIMESTRE



PSICOLOGIA

SOCIAL



LA PSICOLOGÍA SOCIAL ES CIENTÍFICA POR NATURALEZA

Busca entender la naturaleza y las causas del comportamiento y del pensamiento individual en situaciones sociales.

CON FRECUENCIA NOS VEMOS FUERTEMENTE AFECTADOS POR LAS ACCIONES DE OTRAS PERSONAS.



EFFECTO REFLECTOR E ILUSIONES

Significa que pensamos estar en el centro del escenario, por lo que de manera intuitiva sobreestimamos el grado en que los demás dirigen su atención a nosotros.

- El interés propio tiñe nuestro juicio social. Cuando las cosas van mal en general atribuimos más responsabilidad a los demás que a nosotros mismos. Cuando las cosas van bien consideramos que somos más responsables de ello.
- La preocupación por uno mismo motiva nuestro comportamiento social.
- Las relaciones sociales ayudan a definir nuestro sentido del yo. En nuestras diversas relaciones, tenemos roles diversos, como señalan Susan Andersen y Serena Chen (2002).



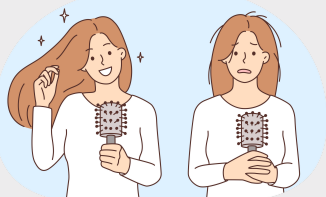
¿CÓMO TE VES?



AUTOCONCEPTO

El autoconcepto tiene dos componentes fundamentales

- Identidad personal: factores que se atribuyen al propio individuo como son los rasgos de personalidad, sus gustos, su visión personal, pensamientos, ideas y creencias
- Identidad social: elementos relacionados con el ámbito social de una persona, sus amistades, la familia, religión, las actividades que realiza en algún tipo de comunidad, o de ocio, la universidad, o las relaciones de trabajo.



Las comparaciones y juicios de las personas pueden alterar nuestra autoimagen

El autoconcepto es multifacético y dinámico debido a que, a medida que la persona va creciendo, este cambia. A causa de las nuevas experiencias y la madurez que el individuo ha adquirido. Una persona puede tener distintas ideas sobre sí misma, pudiendo tener un concepto general acerca de su persona.

AUTOCONOCIMIENTO

Es muy importante para el desarrollo personal, para regular las emociones, relacionarnos con los demás y conseguir los objetivos que nos proponemos.

Permite saber lo que queremos en la vida, ya sea en grandes proyectos o en el día a día. También saber gestionar mejor nuestras emociones incluso en las situaciones más difíciles.



CONOCERNOS PROFUNDAMENTE A NOSOTROS MISMOS

Está muy relacionado con la inteligencia emocional, ya que saber interpretar nuestras emociones está relacionado con la autorreflexión y la mejora de la salud mental. Autoconocerse no es fácil, ya que requiere motivación, voluntad y tiempo.