



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

Nombre del Alumno: Leslie Floese Velasco Abarca

Nombre del tema: 1.8-1.9

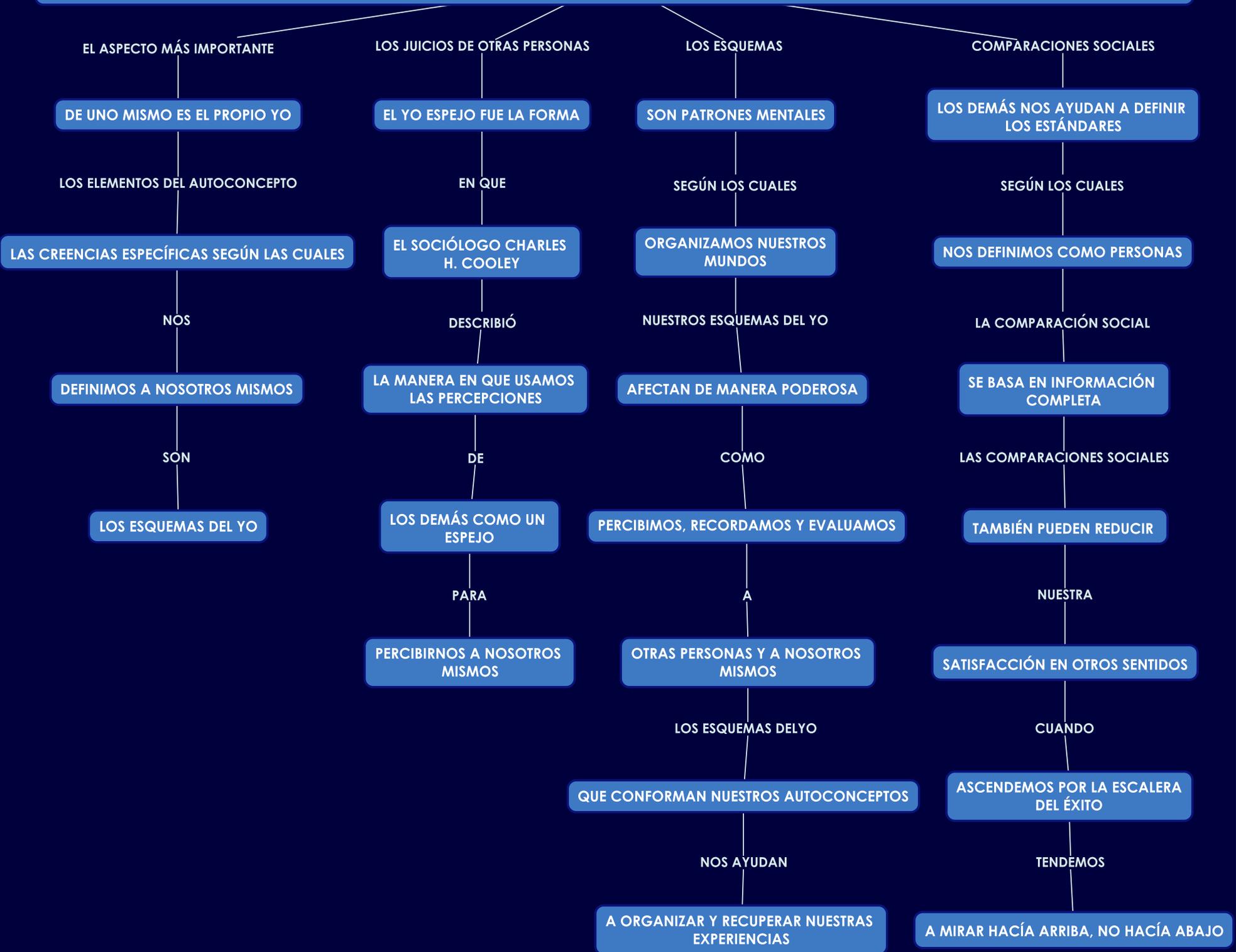
Nombre de la Materia: Comportamiento Social

Nombre del profesor: Paola Jaqueline Albarrán Santos

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: IV

1.8 AUTOCONCEPTO



1.9 AUTOCONOCIMIENTO

PREDICCIÓN DE NUESTROS COMPORTAMIENTOS

UNO DE LOS ERRORES MÁS COMUNES

EN LA PREDICCIÓN

DEL COMPORTAMIENTO CONSISTE

EN

SUBESTIMAR CUANTO TIEMPO LLEVARÁ HACER UNA TAREA

EN APARIENCIA

LA GENTE SUBESTIMA EL TIEMPO QUE LE TOMARÁ

HACER ALGO

PORQUE RECUERDAN INCORRECTAMENTE

QUE LAS

TAREAS ANTERIORES REQUIRIERON MENOS TIEMPO

DEL QUE

EN REALIDAD SE OCUPÓ EN ELLAS

LAO TSE

"QUIEN SE CONOCE A SÍ MISMO

ALCANZA

LA SAPIENCIA

QUIEN

SE CONOCE A SÍ MISMO

ALCANZA

LA ILUMINACIÓN

WILSON Y GILBERT

AÑADEN QUE LA GENTE PASA POR ALTO

LA

VELOCIDAD Y EL PODER DE SUS MECANISMOS

DE

AFRONTAMIENTO

QUE INCLUYEN

PERDONAR

LIMITAR EL TRAUMA EMOCIONAL

RACIONALIZAR

DESCARTAR

EN LA MAYORÍA

DE LAS CIRCUNSTANCIAS

SOMOS

ASOMBROSAMENTE RESILIENTES

PREDICCIÓN DE NUESTROS SENTIMIENTOS

Muchas de las grandes decisiones de la vida

IMPLICAN

LA PREDICCIÓN DE NUESTROS SENTIMIENTOS FUTUROS

LOS

ESTUDIOS SOBRE PREDICCIÓN AFECTIVA

REVELAN

QUE LA GENTE TIENE MUCHAS DIFICULTADES

PARA

PREDECIR LA INTENSIDAD Y LA DURACIÓN

DE SUS

EMOCIONES FUTURAS

EL

SOBREESTIMAR EL IMPACTO PERDURABLE

DE

SUCESOS QUE PROVOCAN EMOCIONES

LOS

RESIDUOS EMOCIONALES DE TALES BUENAS NOTICIAS

SE

DESVANECEN MÁS RÁPIDO DE LO QUE ESPERAMOS

NOSOTROS

SOMOS ESPECIALMENTE PROPENSOS

AL

SESGO DE IMPACTO DESPUÉS

DE

SUCESOS NEGATIVOS

AL

ENFOCARNOS EN EL HECHO NEGATIVO

NO TOMAMOS

EN CUENTA LA IMPORTANCIA DE TODO TODO LO DEMÁS

QUE CONTRIBUYE

A LA FELICIDAD Y EN CONSECUENCIA

PREDECIMOS

EN EXCESO NUESTRA FELICIDAD DURADERA