Nombre de alumno(a): Deysi Nayeli Jimenez Lorenzo

Nombre del profesor: Jhoani Elisabeth Pérez López

Nombre del trabajo: Mapa conceptual

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6°

Grupo: Medicina Veterinaria y Zootecnia

Ocosingo, Chiapas 5 de julio de 2025.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

ayuda a entender de que manera podemos influir de un modelo adaptivo e inteligente

CARACTERISTICAS

- Origen del término:existen un gran abanico de inteligencias que deben ser tenidas en cuenta.
- la inteligencia tradicional: esta determinada por un coeficiente intelectual, que indica las capacidades académicas tiene.
- Capacidades emocionales adquiridas: aprende a lo largo de toda la vida de la persona, esta será medida en gran parte por la inteligencia emocional.
- Reconocimientos y dominio de emociones: comprender mas allá de lo que expresan las palabras.
- Flexibilidad y adaptabilidad: presentan, frente a los diferentes desafíos contidianos, una y adaptabilidad a los cambio
- Empatía: capacidad de ponerse en el lugar de la otra persona.
- Educación de las emociones: reeducar aquellas emociones dañinas y transformarlos en movimientos positivos
- Solidarios con otros: sentimiento de solidarizarse en relación a otros
- Asertividad: reconoce aquello que desea y sabe como lograrlo.
- Capacidades de liderar: busca la solución, transmitiendo calma y serenidad al resto de las personas.

COMUNUICACION EMOCIONAL

- Es el acto de transmitir correctamente un mensaje entre, mínimo, dos personas.
  - la transmisión de nuestras emociones a otras personas.
    - ejemplo: Comunicamos haciendo cosas y sin hacerlas, con una sonrisa, con la forma de andar, de mirar, con los silencios..
- Importancia de la comunicación emocional
  - Evitar conflictos y discusiones.
  - Nuestro interlocutor empatizará mejor con nosotros y sentirá que nos conoce más
  - La persona con la que estemos hablando se abrirá y sincerará más.
  - Justificaremos más nuestros actos.

LIDERAZGO

- Dirigir los sistemas y procesos, guiar a la organización a metas comunes para alcanzar su misión.
  - Requiere: Personalidad, Análisis, Logro Interacción
    - Teorías de Liderazgo: Teoría del Atributo, Teoría de Grandes Acontecimientos, Teoría del Lliderazgo Transformador.
      - Claves Importantes de Liderazgo: empleados a entienden la estrategia global de la organización. Ayudar a los empleados a entender cómo pueden contribuir para lograr objetivos claves.
- Principios de Liderazgo
  - Conózcase a sí mismo y trate de mejorar, Sea técnicamente, capaz Busque y asuma la responsabilidad por sus acciones.
- liderazgo es la acción de lograr que las personas se identifiquen con una misión o visión
  - liderazgo transformador: enfocado en fortalecer y reconocer el valor de todas las personas.
    - Introversión/Extroversión
      - Intuición/Practicidad
        - Sentimiento/Pensamiento
          - Percepción/Juicio

AFECTOS

- Autoestima
  - confianza en la eficacia de la propia mente, en la capacidad de pensar, de tomar decisiones de vida y de búsqueda de la felicidad
- Respeto así mismo
  - Se deriva de la dignidad humana y nos hace capaces de vernos como personas completas, integrales y con valor intrínseco
- Pilares de la autoestima
  - º Vivir conscientemente
    - º aceptarse a sí mismo
    - º autorresponsabilidad
  - º Autoafirmación
    - º vivir con un propósito
    - º inseguridad personal
- Promoción de juna sana autoestima
  - valoraciones que las personas hacen de sí mismos basándose en los pensamientos, experiencias y sentimientos
    - vivir el presente
      - Tener una visión positiva
        - Aceptar que se está en continuo desarrollo
          - Aceptarse a sí mismo
            - Ser responsable, no culpable
              - Reconocer los logros y capacidades
                - Vivir con propósitos claros y objetivos bien definidos
                - Salir de nuestra zona de confort
                - Trabajar los pensamientos limitantes y el lenguaje verbal
                - Hacer ejercicio

Presented with xmind