



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CAMPUS TABASCO

LIC. ENFERMERIA

DOCENTE: LIC. ALBERTO DE JESUS LOPEZ MUÑOZ

6TO CUATRIMESTRE GRUPO: Q

ALUMNO: CARLOS EDUARDO MAGAÑA OSORIO

DESARROLLO HUMANO

CUADRO SINÓPTICO

UNIDAD III INTELIGENCIA EMOCIONAL

3.1 CARACTERISTICAS DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

3.2 COMUNICACIÓN EMOCIONAL

3.3. LIDERZGO

3.4 AFECTO

3.4.1 AUTOESTIMA

3.4.2 RESPETO A TI MISMO

3.4.3 PILARES DEL AUTOESTIMA

3.4.4 PROMOCION DE UNA AUTOESTIMA

VILLAHERMOSA TABASCO, 29 DE MAYO DEL 2020

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

## INTELIGENCIA

Es una habilidad que aplicada a los seres humanos se define como la capacidad de resolver problemas nuevos

### FUNDAMENTOS FISIOLÓGICOS

Las neuronas del cortex y su sinapsis son responsables de los actos voluntarios de las conductas inteligentes fundamentadas en el razonamiento y la logica

### SE DIVIDEN

- \* Inteligencia Logica
- \* Inteligencia Linguistica
- \* Inteligencia Visual - Espacial
- \* Inteligencia Interpersonal
- \* Inteligencia Intrapersonal
- \* Inteligencia Fisico - Cenetica
- \* Inteligencia Musica

## INTELIGENCIA EMOCIONAL

Es una capacidad que se pueden educar, cambiar, desarrollar y mejor las otras habilidades intelectuales

### MODELO DE GARDNER

- \* Capacidad de gestionar y regular las emociones
- \* Conocimiento de una misma
- \* Regular las emociones
- \* Moticacion
- \* Autoconciencia
- \* Empatia
- \* Resolucion de conflictos
- \* Habilidades sociales

### MOTIVOS PRIMARIOS Y SECUNDARIOS

**PRIMARIO:** sed, hambre, adaptacion ambiental, dolor, sorpresa, curiosidad y alegria.  
**SECUNDARIO:** Excitacion, entusiasmo, alegria, euforia, satisfaccion, tranquilidad, seguridad, pasion, orgullo y plenitud, afecto, simpatia, solidaridad, ternura, atraccion y confianza

## COMUNICACION EMOCIONAL

Es la transmision de las emociones en una forma de convencer.

### COMUNICACION NO VERBAL

Sonreir, andar y mirar

### IMPORTANCIA DE LA COMUNICACION EMOCIONAL

Evitar conflictos, emoatizar, sincerar, justificar mas nuestros actos.

**INTELIGENCIA EMOCIONAL**

**LIDERAZGO**

Es una actividad humana que puede ser inovada y adaptarse alas nuevas ideas atraves del crecimiento intelectual y organizacional, teneindo como base la comunicacion.

**QUE BUSCA Y COMO SE EJERCE**

- \* Conocerse asi mismo percibiendo de lo bueno y lo malo y de ahi incorporarse nuevas tecnicas

**LAS 7 CAPACIDADES ESCENCIALES DE ROSABETH MUSS KANTER**

- \* Reunir aliados
- \* Crear un equipo
- \* Persistir e insistri
- \* Competir los meritos
- \* Ver mas aal de sus fronteras
- \* Desafirar posiciones
- \* Vision

**AFECTO**

E s la experiencia psicologica mas elemental y que construbuye al desarrollo de la personalidad total.

- El afecto es algo que fluye entre las personas, lago que se da y se recibe.
- Proporcionar afecto es algo que se requiere esfuerzo.
- Considerada como un conjunto de fenomenos afectivos (inclinacion hacia las personas o cosa, union y vinculo.)

**AUTOESTIMA**

Conjunto de percepciones, pensamiento, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos.

**SIGNIFICADO PRIMORDIAL**

Es la confianza la eficacia de la propiamente, de la capacidad de pensar, de tomas dicionics de vida y de busqueda de la felicidad.

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

## RESPECTO A TI MISMO

Permite ser lo que somos actuar en consonancia con ello, que nos da la posibilidad de conocerse, lo que es constructivo para uno mismo y de lo que nos rodea.

### QUE NEGATIVIDAD PROVOCA

Apatia, aburrimiento, desgana, rabia, tristeza, asco, frustracion y nerviosismo

## PILARES DEL AUTOESTIMA

- Vivir concientemente
- Autoaceptarse
- Ser autorresponsable
- vivir con determinacion o proposito en la vida
- Vivir con integridad

## AUTOESTIMA

**AUTOCRITICA:** Es un proceso que incluye el reconocimiento de las propios errores y aceptarlos y saber perdonarlos.

**LA RESPONSABILIDAD:** Aceptar que la vida es consecuencia de las decisiones personales y salir del rol de victimas del papel secundario.

**EL RESPETO HACIA SI MISMO Y HACIA EL PROPIO VALOR COMO PERSONA:** Ejercer la igualdad para obtener bien claro que la propia valia no es mas o menos que nadien

**AUTONOMIA:** Es la busqueda de espacio para la autorregulacion y la independecia