



Inteligencia emocional

DESARROLLO HUMANO
EDWIN DILBERT LOPEZ HERNANDEZ

Unidad III. Inteligencia emocional

3.1 características de la inteligencia emocional

Inteligencia humana

Una habilidad aplicada a los seres humanos, se define como la capacidad de resolver problemas nuevos.

7 dimensiones

Inteligencia lógico-matemática

Una habilidad para usar el

Inteligencia lingüística

Una habilidad para entender y usar las

Inteligencia visual-espacial.

La capacidad de reconocimiento y orientación en el espacio.

Inteligencia interpersonal.

Una habilidad para comprender los estados de ánimo de las personas que nos rodean y la capacidad de modelarlos.

Inteligencia intrapersonal

Una habilidad para conocer y entender los propios sentimientos y emociones, y para usarlos como guía de nuestro comportamiento.

Inteligencia físico-cenestésica.

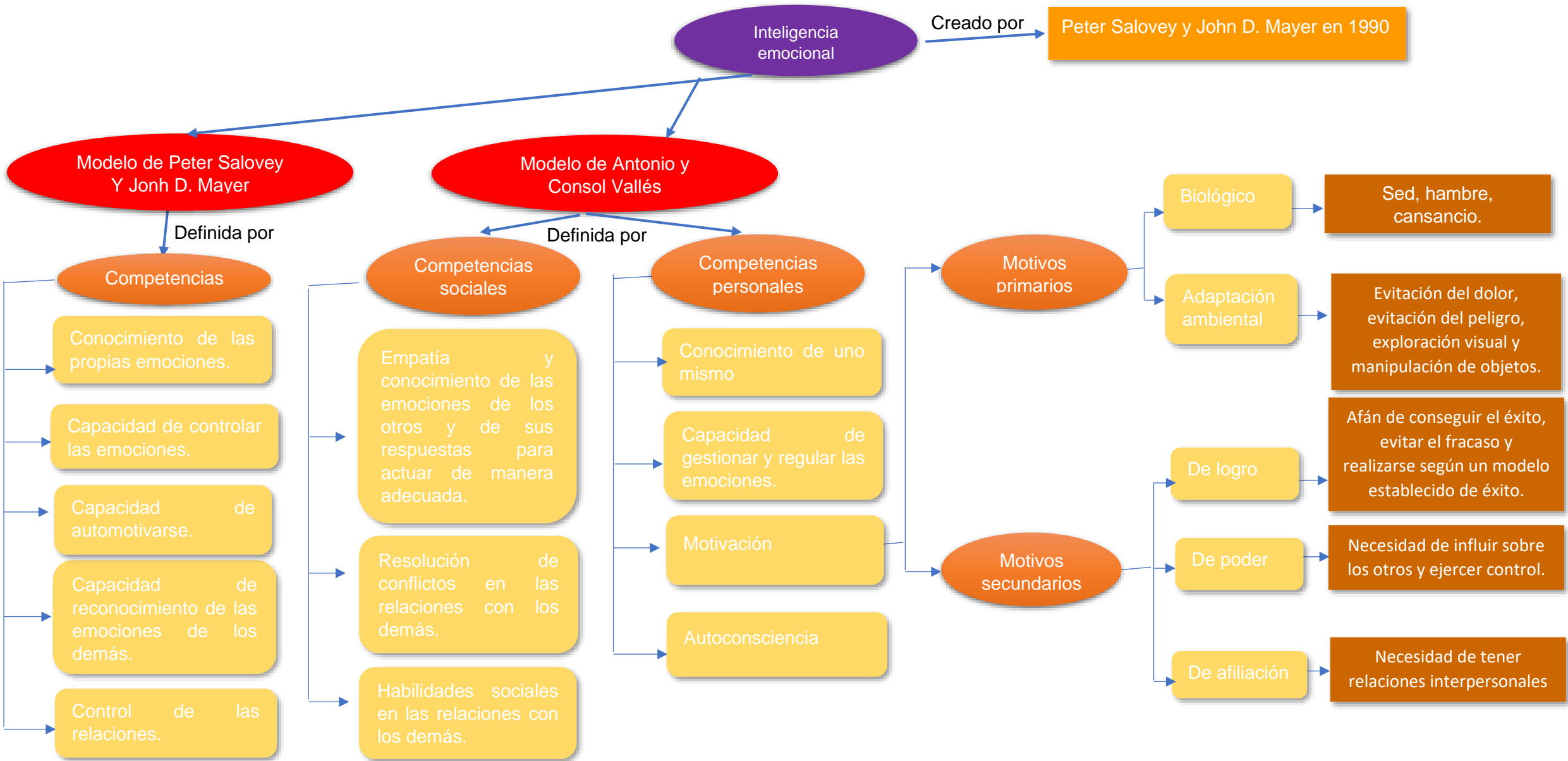
Una habilidad para realizar movimientos físicos con gracia y precisión.

Inteligencia musical.

Una habilidad para reconocer, reproducir y componer melodías musicales.

Inteligencia emocional

el acceso a la propia vida emocional, a los sentimientos, a aprender a discriminarlos y a utilizarlos como elementos para orientar la conducta.



Unidad III. Inteligencia emocional

comunicación emocional

Es

La inclusión de nuestras emociones en lo que comunicamos, es el uso de las emociones para que el mensaje sea más efectivo.

Sirve

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.

Liderazgo

Constituye

La influencia interpersonal ejercida en una situación dirigida a través del proceso de comunicación humana a la consecución de uno o diversos objetivos específicos.

Características

Ver más allá de sus fronteras para descubrir lo que puede ser diferente.

Desafiar suposiciones.

Visión

Reunir aliados.

Persistir e insistir

Compartir los méritos

Afectos

Constituye

Un conjunto de guiones socialmente compartidos que se adaptan y ajustan al entorno sociocultural y semiótico inmediato.

Ejemplo

Autoestima

Es

Un conjunto de percepciones, pensamientos, evaluaciones, sentimientos y tendencias de comportamiento dirigidas hacia nosotros mismos, hacia nuestra manera de ser, y hacia los rasgos de nuestro cuerpo y nuestro carácter.

Fomentado por

Vivir conscientemente

Aceptarse a sí mismo

Asumir la responsabilidad de uno mismo

Autoafirmación

vivir con propósito

integridad personal