DESARROLLO HUMANO

INTELIGENCIA EMOCIONAL

TRABAJO SOCIAL Y GESTION COMUNITARIA

TITULO: MAPA CONCEPTUAL "INTELIGENCIA EMOCIONAL"

FECHA: 22/JULIO/2020

CUATRIMESTRE 6

Catedrático: lucia Guadalupe Martínez Gómez

Stephanie de Jesús González Morales

Correo: stheffgonzalez1@gmail.com

Universidad Del Sureste, San Cristóbal De Las Casas, Chiapas.

Trabajo Social y Gestión Comunitaria

Trabajo Social VI

"INTELIGENCIA EMOCIONAL"

Stephanie de Jesús González Morales
Nuevo león
22/julio/2020

INTELIGENCIA EMOCIONAL

Inteligencia emocional: capacidad de controlar e identificar nuestras emociones para tener mejores resultados.

INTELIGENCIA SOCIAL

Edward Thorndike (precursor) "habilidad para comprender y dirigir a los hombres, mujeres, muchachos y muchachas y a actuar sabiamente en las relaciones humanas.

Inteligencia social: capacidad de entender sentimientos ajenos, para poder relacionarse con efectividad.

Comunicación emocional: transmitir nuestras emociones a través de mensajes. (emisor, receptor, canal, mensaje)

1 incorporándola a nuestro lenguaje principal.

2 comunicación no verbal.

Peter salovey y John Mayer inteligencia emocional (competencias):

a) Conocimientos de las propias emociones.
b) Capacidad de controlar de las emociones.
c) Capacidad de auto – motivarse.
d) Capacidad de reconocimiento de las emociones de los demás.
e) Control de las relaciones.

Competencias y habilidades de la inteligencia emocional (Daniel Goleman)

1 Conciencia de sí mismo: conocerse a sí mismo (fortalezas, debilidades, valores, etc.

Howard Gardner considera que el test intelectual nos ayuda a apreciar nuestra inteligencia.

Inteligencias múltiples por Howard Gardner:

inteligencia lingüística: capacidad verbal con las palabras y el lenguaje.

Inteligencia lógica: pensamiento abstractico, preciso y organizado en secuencias.

Inteligencia musical: habilidades musicales y ritmos.

Inteligencia visual: integrar elementos, percibirlos y ordenarlos relacionarlos metafóricamente.

liderazgo

es un crecimiento intelectual y organizacional como parte de la actividad humana, es cual se adapta y es innovadora.

Daniel Goleman “el liderazgo no es sinónimo de dominación, si no el arte de convencer a la gente de que colabore para alcanzar un objetivo en común”

formas de desarrollar el liderazgo:

1 es conocerse

2 desarrollar la capacidad de empatía.

3 saber comunicar.

Capacidades que un líder debe dominar:

1 ver más allá de sus fronteras para descubrir lo que se puede hacer diferente.

2 desafiar suposiciones.

3 responsabilidad y compromiso.

4 visión.

5 reunir aliados.

6 persistir e insistir.

7 crear un equipo.

8 compartir los méritos.

2 autorregulación: adaptarse a diversas situaciones dirigiendo las emociones e impulsos.

3 habilidades sociales: gestionar emociones de otras personas para dirigirlas a la dirección que se desea.

4 empatía: comprensión de los sentimientos de otras personas, ponerse en los zapatos de los demás.

5 motivación: impulsarse y motivarse a sí mismo para lograr algo.

Características de la inteligencia emocional:

1 autoconciencia emocional.

2 autocontrol emocional.

3 adaptabilidad.

4 orientación al logro.

5 visión.

6 empatía.

7 conciencia organizacional.

8 influencia.

9 orientación y tutorial.

10 manejo de conflictos.

11 trabajo en equipo.

12 liderazgo inspirador.

Por medio de mecanismos de reconocimiento emocional.

Inteligencia kinestésica:

Movimiento corporal, de objetos y reflejos.

Inteligencia interpersonal:

Capacidad de saber las intenciones y deseos de los demás.

Inteligencia intrapersonal: conocimientos internos de una persona que tanto se tiene confianza y se motiva parapara orientar su propia conducta.

Afectos

El afecto es el núcleo de las emociones, los afectos se sienten, demuestran amor o cariño. A una o varias personas.

Los afectos se relacionan con la empatía ya que podemos saber cómo se sienten los demás.

Tipos de empatía:

Afectiva

Sentir exactamente lo mismo que otras personas.

° Evita o huir de una situación.

° nuestra protección.

° nos ofrece una respuesta prosocial.

Cognitiva

Aquella donde nos ofrece una respuesta prosocial.