



**Nombre de alumnos:**

Sari Gómez Sánchez

**Nombre del profesor:**

Luis Miguel Sánchez.

**Nombre del trabajo:**

Inteligencia Emocional.

**Materia:**

Desarrollo Humano.

**Grado: 6°**

**Grupo: "A"**

Ocosingo, Chiapas a 10 de julio de 2020

**DEFINICIONES DE EMOCIONES, INTELIGENCIA E INTELIGENCIA EMOCIONAL**

**DEFINICION DE EMOCIONES:**

Las emociones son componentes del ser humano que nos permiten sentir que estamos vivos. Son estados afectivos, de expresión súbita y de aparición breve.

**GOLEMAN (1996) PLANTEA QUE:**

“la raíz de la palabra emoción es “motere”, el verbo latino “mover”, además el prefijo “e”, que implica “alejarse”, lo que sugiere que en toda emoción hay implícita una tendencia a actuar”.

**LAS EMOCIONES SON MECANISMOS QUE NOS AYUDAN A:**

- Reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados.
- Tomar decisiones con prontitud y seguridad.
- Comunicarnos de forma no verbal con otras personas.

**DENTRO DE ESTE ORDEN DE IDEAS, PLANTEA QUE ÉL UTILIZA EL TÉRMINO EMOCIÓN PARA:**

Referirme a un sentimiento y sus pensamientos característicos, a estados psicológicos y biológicos y a una variedad de tendencias a actuar.

las emociones son impulsos para actuar, para poder encarar la vida con sus aciertos y obstáculos, colocando así el matiz para que las situaciones vividas o experimentadas se diferencien.

# INTELIGENCIA

## DEFINICION

“facultad de comprender, capacidad de saber o aprender. Conjunto de todas las funciones, que tienen por objeto el conocimiento (sensación, asociación, memoria, imaginación, entendimiento, razón, conciencia)”.

## LA INTELIGENCIA:

debe abarcar más ámbitos que la capacidad de abstracción, la lógica formal, la comprensión de complejas implicaciones y amplios conocimientos generales.

## EXISTEN, SIN EMBARGO, OTRAS DEFINICIONES RELACIONADAS CON LA INTELIGENCIA, ENTRE ELLAS:

Según Burk (citado en Ramos, 2001), Es un dinamismo psíquico que funciona en las situaciones problemáticas cuando los automatismos del hábito e instinto fallan”.

Machado, define “La inteligencia es una aptitud para encontrar relaciones y para relacionar pensamientos, para producir pensamientos nuevos”.

Ciaparede, plantea que “la inteligencia es la capacidad de inventar los medios apropiados para llegar a una meta; capacidad de resolver problemas”.

En 1990, Herrera en un estudio realizado plantea que: La historia de la inteligencia humana puede explicarse como el empeño del cerebro humano en buscar formas eficientes de comunicarse consigo mismo.

## LA INTELIGENCIA SIRVE PARA:

una capacidad, es el resultado de la interacción de elementos, que tiene como fin último solucionar problemas utilizando para ello la creatividad (estructura del sistema dinámico de la inteligencia).

## LA INTELIGENCIA ES UNA HABILIDAD:

para poder desarrollarse desde temprana edad, tarea que le compete a los padres, la escuela y el maestro que son los responsables directos para esa correcta estimulación intelectual, dada la reconocida función social que posee la escuela en el desarrollo de la personalidad.

# INTELIGENCIA EMOCIONAL

## DEFINICION

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos y engloba habilidades tales como el control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, etc.

## EL USO DE LA INTELIGENCIA DE LOS EMOCIONES:

de forma intencional, hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de manera que mejoren nuestros resultados.

## AGUDIZAR SU PROPIO INSTINTO:

Beneficio que nos proporciona la Inteligencia Emocional, pero que podremos alcanzar una vez que conozcamos nuestros propios sentimientos, ya que es difícil reconocer, aceptar y tener sensibilidad ante las emociones de otras personas sino conocemos las propias.

## EL ORIGEN DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL

se remonta a muchas décadas atrás, en la que se encuentra a uno de los disidentes de la escuela psicoanalítica llamado Otto Rank, quien fue alumno de Sigmund Freud y de quien se alejó. Posteriormente, en una conferencia realizada en la Universidad de Minnesota en 1.938 llegó a expresar.

## ROGERS Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL AULA:

Carl Rogers fue pionero en el aula de clases al aplicar su planteamiento de las comunicaciones interpersonales, en la que le solicitaba a sus estudiantes que escribieran sus reacciones acerca del curso en forma semanal; las primeras semanas los comentarios fueron muy fuertes, en la que los alumnos planteaban que el "escribir" sus puntos de vista era una especie de pérdida de tiempo y que ellos querían entrar ya en materia.

Este primer experimento de Carl Rogers sobre esta forma de comunicarse es uno de los primeros pasos sobre lo que hoy se conoce como inteligencia emocional.

## DESCUBRIR LAS PROPIAS ACTITUDES:

El hecho de conocer las propias actitudes o el propio paisaje emocional aporta una idea de aquello que necesitamos para sentirnos motivados.

## AUMENTO DEL POTENCIAL CREATIVO

En la medida que poseamos una alfabetización emocional, es decir, que eduquemos a nuestras emociones de manera inteligente, estaremos propensos al aumento de nuestro potencial creativo ya que aumentará el VALOR, es decir, el impulso por afrontar retos y a la vez de aceptar el riesgo de cometer errores.

consecuencias que genere determinada situación, claro está si la persona conoce, maneja y controla las emociones.