



**Nombre de estudiante:** Ángel de Jesús Trujillo Morales

**Nombre del profesor:** Luis Miguel Sánchez Hernández

**Nombre del trabajo:** Definiciones; Emociones, Inteligencia E Inteligencia Emo.

**Materia:** Zootecnia En Bovinos

**Grado:** 6°

**Grupo:** “A”

Ocosingo, Chiapas a 10 de julio de 2020.

# DEFINICIONES

## 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
- ¿Cómo interactúan las emociones?
  - Reaccionar con rapidez ante acontecimientos inesperados.
  - Tomar decisiones con prontitud y seguridad.
  - Comunicarnos de forma no verbal con otras personas
- Pueden crear un impacto positivo o negativo sobre nuestra salud física, mental y espiritual.
- Las emociones son impulsos para actuar, para poder encarar la vida con sus aciertos y obstáculos

## INTELIGENCIA

- ¿Qué es?
  - Es la facultad de comprender, capacidad de saber o aprender
  - Conjunto de todas las funciones, que tienen por objeto el conocimiento
- La inteligencia debe abarcar más ámbitos que la capacidad de abstracción, la lógica formal, la comprensión de complejas implicaciones y amplios conocimientos generales
- La inteligencia es una aptitud para encontrar relaciones y para relacionar pensamientos, para producir pensamientos nuevos
- Toda persona es en esencia un ser inteligente que posee potencialidades que han de ser desarrolladas
- Entre otros atributos que ha de estimularse para poder desarrollarse desde temprana edad
- La inteligencia es una habilidad

## INTELIGENCIA EMOCIONAL

- La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo que tiene muy en cuenta los sentimientos
- Engloba habilidades
  - La perseverancia, la empatía, la agilidad mental
  - El control de los impulsos, la autoconciencia, la motivación, el entusiasmo
- La inteligencia emocional es, en pocas palabras, el uso inteligente de las 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
- Aplicar la Inteligencia Emocional no implica estar siempre contentos o evitar las situaciones problemáticas, sino mantener el equilibrio
- La inteligencia emocional es un enfoque a menudo negado, alejado y opacado por el brillo de la razón que ha revolucionado el campo de la inteligencia